



MASTERARBEIT | MASTER'S THESIS

Titel | Title

Daseinsanalytischer Versuch über die Müdigkeit

verfasst von | submitted by

Johannes Schreiber BA

angestrebter akademischer Grad | in partial fulfilment of the requirements for the degree of

Master of Arts (MA)

Wien | Vienna, 2025

Studienkennzahl lt. Studienblatt |
Degree programme code as it appears on the
student record sheet:

UA 066 941

Studienrichtung lt. Studienblatt | Degree
programme as it appears on the student
record sheet:

Masterstudium Philosophie

Betreut von | Supervisor:

Univ.-Doz. Mag. Mag. Dr. Hisaki Hashi

Abstract

Die vorliegende Masterarbeit deutet mit dem Titel: „Daseinsanalytischer Versuch über die Müdigkeit“ bereits zum einen die Unternehmung der Arbeit selbst an und verweist gleichzeitig auf die zugrundeliegende Literatur. Aufbauend auf Peter Handkes Werk: „Versuch über die Müdigkeit“ beschreibt Byung-Chul Han in „Müdigkeitsgesellschaft. Burnoutgesellschaft. Hoch-Zeit“, wie es in der heutigen Zeit, der Leistungsgesellschaft des 21. Jahrhunderts, zu den für sie typischen Erkrankungen wie Depression, Burnout, Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung oder der Borderline-Persönlichkeitsstörung kommen kann. Ziel der Arbeit ist es, dem Gedankengang von Han aus Sicht der Daseinsanalyse zu begegnen. Die Daseinsanalyse, wie sie heute in Österreich als Psychotherapie anerkannt ist, geht auf die Zusammenarbeit von Medard Boss und Martin Heidegger zurück. Daher ist es für die Arbeit unerlässlich den Thesen von Byung-Chul Han mit Martin Heideggers Werk „Sein und Zeit“ zu begegnen. Letztlich gelingt es in diesem Versuch einen Überblick über „Sein und Zeit“ zu erarbeiten, durch den ein phänomenologischer Blick auf die von Han erbrachten Erkrankungen des 21. Jahrhunderts ermöglicht wird. Unter anderem stellt sich als eine Möglichkeit heraus, den vielen Informationen und Forderungen, welche die Individuen der Leistungsgesellschaft überfordern können, mit einer kontemplativen Haltung, einem Innehalten, zu begegnen.

Inhaltsverzeichnis

Einleitung.....	4
Daseinsanalytik.....	5
Phänomenologische Ontologie Martin Heideggers.....	5
Analytik und Analyse.....	9
Sein und Dasein.....	9
In-der-Welt-sein.....	11
Existenzialien.....	13
Mitsein und das Man.....	13
Verstehen.....	16
Befindlichkeit.....	19
Grundbefindlichkeit Angst.....	21
Sterblichkeit.....	23
Sprache.....	24
Sorge.....	25
Leiblichkeit.....	25
Räumlichkeit und Weltlichkeit.....	26
Zeitlichkeit.....	28
Müdigkeitsgesellschaft.....	32
Disziplinargesellschaft.....	33
Leistungsgesellschaft.....	35
Leistungssubjekt.....	40
Positivität.....	42
Gewalt der Positivität.....	43
Müdigkeit.....	46
Vereinzelnde, entzweiende und heilende Müdigkeit.....	47
Erschöpfende und inspirierende Müdigkeit.....	50
Selbstbezügliche Gesundheit und der letzte Mensch.....	51
Das erschöpfte Selbst, Depression und Burnout-Syndrom.....	52
Beitrag moderner Medien.....	58
Vita activa, Vita contemplativa und Animal Laborans.....	59
Hyperaktivität.....	64
Daseinsanalyse.....	67
Was ist Gegenstand der Daseinsanalyse.....	68
Ziel der Daseinsanalyse.....	69
Wie wird in der Daseinsanalyse vorgegangen.....	70
Verweilen.....	72
Reflektieren.....	72
Aufbrechen.....	72
Phänomene der Müdigkeitsgesellschaft.....	72
Mögliche Ziele für die Müdigkeitsgesellschaft.....	75
Daseinsanalytischer Versuch über die Müdigkeit.....	76
Aussicht und Resümee.....	84
Literaturverzeichnis.....	86

Einleitung

Die vorliegende Arbeit untersucht psychische Erkrankungen des 21. Jahrhunderts, wie sie Byung-Chul Han in seinem Werk „Müdigkeitsgesellschaft“ vorfindet. Die vorliegende Arbeit verfolgt jedoch nicht den Anspruch einer wissenschaftlich Beschreibung von Krankheiten, sondern hat zum Gegenstand, was Han über die Erkrankungen vorlegt. Dabei nimmt Han auf das literarische Werk „Versuch über die Müdigkeit“ von Peter Handke Bezug. Aufgrund dieser Vorarbeiten wird, schon von Han selbst, nicht auf fundiert naturwissenschaftliche Literatur zurückgegriffen. Die von Han beschriebenen Konzepte und Ideen treten vage, oberflächliche und doch als gehaltvoll durchdachte Beobachtungen auf. Um den aufgezeigten Phänomenen zu begegnen, wird Martin Heideggers Werk „Sein und Zeit“ herangezogen. Durch die Auseinandersetzung mit Martin Heidegger und seiner Daseinsanalytik spannt sich ein Bogen zur psychotherapeutischen Schule der Daseinsanalyse.

In der vorliegenden Arbeit wird der Versuch unternommen, durch eine daseinsanalytische Betrachtung, wie sie in Martin Heideggers Werk seinen Ausgang findet, psychischen Erkrankungen als Phänomene der Gesellschaft im 21. Jahrhundert zu begegnen. Im Hintergrund wird dieser Versuch von dem Gedanken begleitet, ob eine phänomenologische Betrachtung für das Problemfeld von Han, welches nicht wissenschaftlich untermauert ist, angemessen sein kann. Im Vordergrund steht die Frage, ob und wie es den Individuen in der aktuellen Gesellschaft gelingen kann, ein gesundes Verhalten in der Leistungsgesellschaft zu entwickeln, welches sie womöglich vor den psychischen Erkrankungen der aktuellen Zeit schützen könnte. Darüber hinaus legt der Diskurs über Martin Heideggers „Sein und Zeit“ einen ersten, grundlegenden Ansatz zum Verständnis von Martin Heideggers Philosophie frei.

Daseinsanalytik

Im Nachfolgenden wird auf die Daseins- oder Existenzanalytik eingegangen, wie sie Martin Heidegger in seinem Werk „Sein und Zeit“ aufbereitet. Dabei werden auch Gedanken aus den Zollikoner Seminaren einfließen. Dr. Medard Boss lud Martin Heidegger nach Zollikon ein, um dort im Austausch mit den Anwesenden in Seminaren eine Daseinsanalyse zu entwickeln. Boss veröffentlichte später seinen „Grundriss der Medizin“, welcher ebenfalls zur Entwicklung der Gedanken in der vorliegenden Arbeit betragen soll. Das Werk „Sein und Zeit“ bietet zwar die Grundlage für die Entwicklung der Daseinsanalyse als Form einer Psychotherapie, jedoch musste Martin Heidegger selbst mit der Zeit seine Begrifflichkeiten anpassen. Einiges eröffnete sich ihm erst durch die Gespräche mit den Psychologen sowie Therapeuten aus den Seminaren. Somit wird in die Ausarbeitung von Martin Heideggers Theorie auch die Auseinandersetzung mit Medard Boss für ein besseres Verständnis und der praxisbezogenen Anwendung einfließen. Diese Untersuchung bereitet den Weg für eine Reflexion der Daseinsanalyse im Sinne einer psychotherapeutischen Therapieform vor, um anschließend mit diesen Überlegungen die Ausführungen von Byung-Chul Han zur Müdigkeitsgesellschaft beleuchten zu können.

Phänomenologische Ontologie Martin Heideggers

Die Philosophie in Martin Heideggers „Sein und Zeit“ lässt sich als eine phänomenologische Ontologie beschreiben. Im Wesentlichen konzentriert er sich dabei auf die Existenz des Einzelnen und damit auf das Dasein. Dieses wird als die Existenz des Einzelnen auf seine Struktur, seine Existenzialien, untersucht. Die Untersuchung der Existenzialien des Daseins wird begrifflich als die Existenzialanalyse aufgefasst. Bei der Suche nach den Strukturen, die das Dasein ausmachen, tritt die Alltäglichkeit des Seins ans Tageslicht. Sie bettet das Sein schon immer in die Welt ein. Neben der Alltäglichkeit ist die Zeit für das Dasein von großer Bedeutung. Die Zeit, und damit auch die Endlichkeit, erfährt das Dasein in der Sorge und in seiner Geworfenheit.

Bei der Untersuchung von Martin Heideggers Ansatz stellt sich grundlegend die Frage, welche Bedeutung die Phänomenologie in seiner Auseinandersetzung einnimmt. Heidegger schreibt in „Sein und Zeit“, dass die Phänomenologie „weder den Gegenstand ihrer Forschungen [nennt], noch charakterisiert der Titel deren Sachhaltigkeit. Das Wort gibt nur Aufschluß über das *Wie* der Aufweisung und Behandlungsart dessen, *was* in dieser Wissenschaft abgehandelt werden soll.“¹ Die Phänomenologie nähert sich dem zu untersuchenden Gegenstand somit durch dessen „Wie“. Das bedeutet, dass in der Phänomenologie untersucht wird, wie sich das zeigt, was untersucht werden

1 Martin Heidegger, *Sein und Zeit*, Tübingen 2006, 34f.

soll. Das Phänomen ist das was sich zeigt, während die Phänomenologie untersucht, wie es sich zeigt. In einem phänomenologischen Sinn beschreibt Heidegger das Phänomen als das, „was sich als Sein und Seinsstruktur zeigt.“² Heidegger versteht unter dem Phänomen daher nicht nur Gegenständliches, sondern auch die Struktur des Seins. „Verdecktheit ist der Gegenbegriff zu ‚Phänomen‘.“³ Martin Heideggers Philosophie beschäftigt sich mit dem, was sich bereits in irgendeiner Form zeigt und nicht mit dem, was im Dunklen bleibt. Mithilfe der Methode der Phänomenologie soll etwas, das bereits irgendwie vorhanden ist und sich daher auf irgendeine Weise bereits zeigt, sichtbar gemacht werden. Daher bedeutet für Martin Heidegger der Begriff des Phänomens „solches, was sich zunächst und zumeist gerade *nicht* zeigt, [...] aber zugleich etwas ist, was wesentlich zu dem, was sich zunächst und zumeist zeigt, gehört, so zwar, daß es seinen Sinn und Grund ausmacht.“⁴ Mit der Phänomenologie möchte Heidegger den Sinn und somit den Grund der sich bereits zeigenden Phänomene beleuchten, wobei dieser Sinn sowie Grund zuerst noch im Verborgenen liegt. „Phänomenologie ist Zugangsart zu dem und die ausweisende Bestimmungsart dessen, was Thema der Ontologie werden soll. *Ontologie ist nur als Phänomenologie möglich.*“⁵ Anhand der Phänomenologie soll sich der Sinn der Phänomene zeigen. Da sich Heideggers Auseinandersetzung der Phänomenologie mit dem Sein beschäftigt, dient die Methode der Phänomenologie dem Freilegen des Sinns vom Sein und ist als phänomenologische Ontologie aufzufassen. Die Ontologie gilt als die Lehre vom Sein. Martin Heidegger ist es jedoch wichtig, der Frage nach dem Sinn des Seins das Bedeutungsausmaß beizumessen, das weiter und tiefer geht, als vorgefertigte ontologische Annahmen. „Die Frage nach dem Sinn des Seins“, meint Heidegger, sei „die universalste und leerste“⁶. Daher ist es ihm wichtig der Frage nach dem Sinn des Seins den ontologischen Vorrang einzuräumen, bevor nach Entitäten gefragt werden kann. Als leer könnte Heidegger die Frage nach dem Sinn des Seins deshalb bezeichnen, da die Antworten auf diese Frage nicht empirisch nachgewiesen werden können und schwer zu fassen seien. „Das Verständnis der Phänomenologie liegt einzig im Ergreifen ihrer als Möglichkeit.“⁷ Heidegger verweist an dieser Stelle auf die Vorarbeit von Edmund Husserl zur Zeit seiner Lehrjahre in Freiburg. Er macht dabei auf das Potential der Fehldeutungen aufmerksam: „Wieviel Schein jedoch, so viel ‚Sein‘. Diese Verdeckung als ‚Verstellung‘ ist die häufigste und gefährlichste, weil hier die Möglichkeiten der Täuschung und Mißleitung besonders hartnäckig sind.“⁸ Es ist wichtig, zu beachten, dass Heidegger

2 Heidegger, *Sein und Zeit*, 63.

3 Ebd. 36.

4 Ebd. 35.

5 Ebd. 35.

6 Ebd. 39.

7 Ebd. 38.

8 Ebd. 36.

den Begriff der Phänomenologie nicht im Sinne von Edmund Husserl, dem Begründer der phänomenologischen Bewegung, verwendet. Heidegger entwickelt seine eigene Interpretation sowie Weiterentwicklung der Phänomenologie, die stark von ontologischen Fragestellungen geprägt ist. Der Sinn von Sein kann nicht als absolut angesehen werden, sondern unterliegt Heidegger zufolge der Möglichkeit der Täuschung, weshalb auch an dieser Stelle auf die Leere der Frage, die nach dem Sinn des Seins fragt, verwiesen wird. Das besondere an Martin Heideggers phänomenologischer Ontologie ist, dass die Phänomenologie, die auf die Erscheinungen der Phänomene im Bewusstsein zielt, mithilfe der Ontologie, welche untersucht, was wirklich ist, zusammengeführt wird. Die Ontologie gilt als philosophische Denkrichtung, die sich auf das Sein, sowie die Existenz, als auch die Natur des Seins konzentriert und untersucht, was wirklich existiert, während sie die grundlegenden Kategorien und Strukturen der Existenz versucht zu klären. Das führt Heidegger zu den Fragen, was es denn bedeutet überhaupt zu sein und wie sich das Sein in der Existenz des Daseins äußert. Heidegger versucht die Existenz des Daseins in ihrer phänomenalen Erscheinung zu verstehen, um daraus Erkenntnisse über die grundlegenden Strukturen des Seins abzuleiten.

In den Zollikoner Seminaren unterscheidet Martin Heidegger zweierlei Phänomene. Zum einen lassen sich eindeutig die wahrnehmbaren, seienden Phänomene erkennen, welche als ontische Phänomene beispielsweise in der Form des Tisches wahrgenommen werden. Neben den ontischen Phänomenen beschreibt Heidegger ontologische Phänomene. Diese sind die nicht-sinnenhaft-wahrnehmbaren Phänomene und lassen sich als das Existieren von etwas beschreiben. Heidegger stellt fest: „Bevor wir einen Tisch wahrnehmen können als diesen oder jenen Tisch, müssen wir schon zuvor vernommen haben, das es so etwas wie Anwesen gibt. Ontologische Phänomene sind also rangmäßig die ersten, aber im Bedacht- und Gesehenwerden sind sie die zweiten.“⁹ Heideggers phänomenologische Ontologie deckt somit den Sinn des Seins, oder anders gesagt die Struktur auf, welche sich hinter dem verbirgt, was sich zuerst erkennen lässt.

Martin Heidegger hebt seine Zugangsart auf den Sinn des Seins als Methode von der Methode der Wissenschaften ab. Seine Methode folgt dem Sich-einlassen und geht weg von einem Extrahieren eines Ichs. „Zur Phänomenologie gehört in gewissem Sinne der Willensakt, sich nicht gegen dieses Sich-einlassen zu sperren. Das Sich-einlassen heißt auch bei weitem nicht bloß ein Sich-Bewußtmachen meiner Seinsart.“¹⁰ Hier klingt bereits an, dass Heidegger auf der Suche nach dem Sinn des Seins die Strukturen nicht auf ein isoliertes Ich reduziert, sondern die Strukturen

9 Martin Heidegger, *Zollikoner Seminare. Protokolle - Schriften - Briefe*. hg. v. Medard Boss. Frankfurt am Main 2006, 7.

10 Ebd. 143.

weitläufiger in seinen Verstrickungen mit der Welt aufdecken möchte. Und dennoch werden die Strukturen von einem Selbst, welches sich auf sich selbst und die Welt einlassen muss, ausgelegt.

Das Freilegen der Strukturen als Existenzanalyse bildet das Ziel der phänomenologischen Ontologie. „Die Analytik hat die Aufgabe, das Ganze einer Einheit ontologischer Bedingungen in den Blick zu bringen. Die Analytik ist als ontologische kein Auflösen in Elemente, sondern die Artikulation der Einheit eines Strukturgefüges.“¹¹ Unter der Einheit des Strukturgefüges ist, nach Heidegger, nun das Aufweisen der „existenziellen Phänomene des gesellschaftlich-geschichtlichen und individuellen Daseins in einem Zusammenhang [...] im Sinne einer daseinsanalytisch geprägten ontischen Anthropologie.“¹² Die phänomenologische Ontologie als eine Methode, welche die Strukturen als existenzielle Phänomene aufzudecken versucht, folgt demnach einer ontischen Anthropologie. Daraus kann entnommen werden, dass sich die zuerst verdeckten ontologischen Phänomene auf die erkennbaren Phänomene beziehen. Im Hinblick auf die vorliegende Thematik wird die Untersuchung Martin Heideggers auf den Menschen bezogen.

Sein, Offenbarkeit des Seins, gibt es immer nur als Anwesenheit von Seiendem. Damit Seiendes anwesen kann und es mithin überhaupt Sein, Offenbarkeit des Seins geben kann, braucht es das Innestehen des Menschen ins *Da*, in die Lichtung, die Gelichtetheit des Seins, als welche der Mensch existiert. Also kann es Sein von Seiendem *ohne* den Menschen gar nicht geben.¹³

Martin Heideggers phänomenologische Ontologie versucht, den Sinn von Sein freizulegen, indem es die Strukturen des Daseins aufdeckt. Dieses Dasein als die Existenz fordert eine menschliche Existenz. Und dieses „*Seinsverständnis* [...] ist das einzige Anliegen von ‚Sein und Zeit‘.“¹⁴

In „Grundriss Heidegger“ sieht Helmuth Vetter Martin Heideggers phänomenologische Ontologie als universal an. Nach Vetter könnte Heidegger unter Philosophie die universale phänomenologische Ontologie verstehen: „Die Philosophie ist *universal*. Sie umfasst alles, was ist, ohne Aufteilung in eigene Disziplinen. Sie sind schon Zeichen einer Entfernung der Philosophie von ihrem Ursprung [...]. So ist auch die Ontologie kein Fach.“¹⁵ Demzufolge ist Martin Heideggers phänomenologische Ontologie nicht als eine Auslegung von Philosophie anzusehen, sondern als die Philosophie schlecht hin. Vetter unterstreicht das dadurch, dass, nach dem Ansatz von Martin Heidegger, sich die Philosophie bloß veranschaulichende Gegenstände vergegenwärtigt und diese behandelt, wobei die Auslegung als ein Entwurf aufgefasst wird:

11 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 150.

12 Ebd. 163f.

13 Ebd. 221.

14 Ebd. 236.

15 Helmuth Vetter, *Grundriss Heidegger. Ein Handbuch zu Leben und Werk*. Hamburg 2014, 72.

Als *Analytik der Existenz* legt die Phänomenologie die konstitutiven Momente des Daseins frei, untersucht nicht Vorhandenes, sondern ist als Entwurf zu verstehen [...] Sie ist die Voraussetzung aller anderen Ontologien und damit *Fundamentalontologie*.¹⁶

Helmuth Vetter fasst Martin Heideggers phänomenologische Ontologie als Fundamentalontologie zusammen, welche die Strukturen des Daseins als Entwurfcharakter freilegt.

Analytik und Analyse

Für den weiteren Verlauf ist es hilfreich, das Verständnis des Begriffes der Analyse von dem der Analytik abzuheben. Martin Heidegger unterscheidet die Begriffe der Analytik und der Analyse dahingehend, dass er unter der Analyse den Vollzug der Analytik versteht.¹⁷ „Die Daseinsanalyse ist ontisch, die Daseinsanalytik ontologisch.“¹⁸ Der Vollzug der Daseinsanalytik ist ontisch, was bezeichnend dafür ist, dass der Vollzug sinnlich-wahrnehmbar ist. Vollzogen werden die „in der Daseinsanalytik zum Thema gemachten Bestimmungen des Daseins, die, sofern dieses als existierendes bestimmt ist, Existenzialien heißen“¹⁹, wohingegen die Daseinsanalytik eine „ontologische Interpretation des Menschseins als Dasein und zwar im Dienste der Vorbereitung der Seinsfrage“²⁰ ist. „In-der-Welt-sein, Sorge, Zeitlichkeit, Sein zum Tode“ sind Bestimmungen, welche nach Heidegger die Analytik vorbringt und die zur „Bestimmung des Seinsverständnisses“²¹ dienen.

Sein und Dasein

Das Sein bezeichnet nach Martin Heidegger grundlegend das, was existiert. Dabei zielt Heidegger nicht auf ein jeweiliges Sein ab, sondern meint grundsätzlich Sein. Etwas, das existiert. „[E]xistentia besagt nach der Überlieferung ontologisch soviel wie Vorhandensein“.²² Daher bedeutet das Sein bloß das Vorhandensein oder Existieren. Sein ist somit Existenz. „Das *Sein* ist es, darum es diesem Seienden je selbst geht.“²³ Diesem Seienden, oder so gesehen einem speziellen Seiendem, geht es um das eigene Sein. Das bloße Vorhandensein ist eine Seinsart, „die dem Seienden vom Charakter des Daseins wesensmäßig nicht zukommt.“²⁴ Das Sein bezeichnet somit lediglich das Vorhandene in einer Seinsart. Ein Sein ist somit nicht zwingend ein Dasein. Ein Sein, dem es um sein Sein geht, wird von Martin Heidegger als Dasein bezeichnet. Dem Dasein geht es

16 Vetter, *Grundriss Heidegger*, 72.

17 Vgl. Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 150.

18 Ebd. 161.

19 Ebd. 163.

20 Ebd. 162.

21 Ebd. 236.

22 Heidegger, *Sein und Zeit*, 42.

23 Ebd. 42.

24 Ebd. 42.

nicht nur darum einfach zu sein. „Das ‚Wesen‘ des Daseins liegt in seiner Existenz.“²⁵ Anders gesagt liegt das „Wesen“ des Daseins in seinem Sein. „Das Sein selbst, zu dem das Dasein sich so oder so verhalten kann und immer irgendwie verhält, nennen wir *Existenz*.“²⁶ Ohne dem Sein, dass das Existieren oder Vorhandensein meint, wäre das Dasein nicht existent. Somit wird das Dasein durch das Sein wesentlich begründet. „Das Dasein ist ein Seiendes, das nicht nur unter anderem Seienden vorkommt. Es ist vielmehr dadurch ontisch ausgezeichnet, daß es diesem Seienden in seinem Sein *um* dieses Sein selbst geht.“²⁷ Womit Heidegger anspricht, dass das Dasein nicht dadurch ausgemacht wird, da es mehrere Seiende wie das Dasein gibt, sondern dass sich das Dasein zu seinem eigenen Sein verhält. Das Dasein verhält sich zu seinem Sein, weshalb es dem Dasein um sein eigenes Sein geht. „Das Dasein versteht sich selbst immer aus seiner Existenz, einer Möglichkeit seiner selbst, es selbst oder nicht es selbst zu sein.“²⁸ In weiterer Folge eröffnet sich im Verhältnis des Daseins zu seinem Sein, wobei es dem Dasein stets um sein eigenes Sein geht, die Möglichkeit, ob dieses Dasein es selbst ist, oder ob es nicht es selbst ist. Auf dem ersten Blick scheint es schwierig nachvollziehbar zu sein, dass ein Dasein, dass sich in seiner Existenz, also in seinem Sein, versteht, die Möglichkeit hat, dass es nicht es selbst ist. In dieser Möglichkeit, es selbst oder nicht es selbst zu sein, drückt sich das Verhältnis des Daseins zu seinem Sein aus. Denn auch dann, wenn das Dasein nicht es selbst ist, existiert es. Heidegger denkt diese Möglichkeit weiter und tauft sie die „Jemeinigkeit“:

Dasein ist Seiendes, das sich in seinem Sein verstehend zu diesem Sein verhält. Damit ist der formale Begriff von Existenz angezeigt. Dasein existiert. Dasein ist ferner Seiendes, das je ich selbst bin. Zum existierenden Dasein gehört die Jemeinigkeit als Bedingung der Möglichkeit von Eigentlichkeit und Uneigentlichkeit. Dasein existiert je in einem dieser Modi, bzw. in der modalen Indifferenz ihrer.²⁹

Ob das Dasein es selbst oder nicht es selbst ist, entwickelt Heidegger zu der Idee von Eigentlichkeit und Uneigentlichkeit. In beiden Fällen ist klar, dass das Dasein existiert. Sowohl die Eigentlichkeit, als auch die Uneigentlichkeit sind Seinsmodi, bei denen das Dasein ist und somit existiert. In der Eigentlichkeit wird das Dasein mehr von seiner Jemeinigkeit angesprochen, als im Seinsmodus der Uneigentlichkeit. „Die Uneigentlichkeit kann vielmehr das Dasein nach seiner vollsten Konkretion bestimmen in seiner Geschäftigkeit, Angeregtheit, Interessiertheit, Genußfähigkeit.“³⁰ So gesehen

25 Heidegger, *Sein und Zeit*, 42.

26 Ebd. 12.

27 Ebd. 12.

28 Ebd. 12.

29 Ebd. 52f.

30 Ebd. 43.

beschreibt die Uneigentlichkeit das Angesprochenensein des Daseins außerhalb seiner selbst. „Mit *Uneigentlichkeit* ist gemeint, dass das Dasein dem Seienden, das ihm in seiner Umwelt begegnet, verfällt.“³¹ Dennoch kann als Ziel angestrebt werden, das Dasein in die Eigentlichkeit zu bringen, um ein Selbst zu werden.³² Ob das Dasein nun im Modus der Eigentlichkeit oder im Modus der Uneigentlichkeit ist, versteht es sein eigenes Sein dennoch als ein tatsächliches Vorhandensein. „Die Tatsächlichkeit des Faktums Daseins, als welches jeweilig jedes Dasein ist, nennen wir seine *Faktizität*.“³³ Für Martin Heidegger ist es ein Fakt, dass sich das Dasein zu seinem Sein verhält und damit existiert. Wie das Sein ist, wird jedoch von einer anderen Frage begleitet. Heidegger spricht dabei vom Sosein. „Alles Sosein dieses Seienden ist primär Sein. Daher drückt der Titel ‚Dasein‘, mit dem wir dieses Seiende bezeichnen, nicht sein Was aus, wie Tisch, Haus, Baum, sondern das Sein.“³⁴ Dasein besagt schlichtweg, dass es ist. Dennoch gibt es nach Heidegger unterschiedliche Möglichkeiten zu sein. Diese Grundmöglichkeiten von Seinscharakteren nennt Heidegger „Existenzialien“ und „Kategorien“.³⁵

Da-sein heißt in ‚Sein und Zeit‘ *Da-sein*. Das Da ist hier bestimmt als das Offene. Diese Offenheit hat den Charakter des Raumes. Räumlichkeit gehört zur Lichtung, gehört zum Offenen, in dem wir uns als Existierende aufhalten und zwar so, daß wir gar nicht eigens auf den Raum als Raum bezogen sind.³⁶

Heidegger sieht im Dasein unser räumliches Offensein, das jedoch nicht auf einen örtlichen Raum beschränkt ist, sondern sich als Lichtung äußert. Dasein ist bereits auch immer schon mit einer Offenständigkeit ausgezeichnet und steht somit in einer Lichtung. In dieser Offenständigkeit ist es dem Dasein möglich, angesprochen zu werden und sich dem Ansprechenden gegenüber auf diese oder jene Weise zu verhalten. „‚Sein‘ heißt nach alter Überlieferung: Anwesen und Währen.“³⁷ Das führt Medard Boss zu der Überlegung, dass ein Anwesen oder ein Währen in ein Sein hinein „wesen“ können muss.

In-der-Welt-sein

Bevor auf das Grundkonzept des In-der-Welt-sein eingegangen wird, erscheint es sinnvoll sich zuerst rein mit dem In-Sein und dessen Auslegung von Martin Heidegger bekannt zu machen. „Wir

31 Vetter, *Grundriss Heidegger*, 75.

32 Vgl. Ebd. 74.

33 Heidegger, *Sein und Zeit*, 56.

34 Ebd. 42.

35 Vgl. Ebd. 45.

36 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 283.

37 Medard Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie. Ansätze zu einer phänomenologischen Physiologie, Psychologie, Pathologie und Therapie und zu einer daseinsgemäßen Präventiv-Medizin*. 3. Auflage. Bern 1999, 248.

meinen mit dem ‚in‘ das Seinsverhältnis zweier ‚im‘ Raum ausgedehnter Seienden zueinander in bezug auf ihren Ort in diesem Raum.“³⁸ Wenn Heidegger vom In-Sein spricht, ist von zwei Seienden, die in einem Verhältnis zueinander stehen, die Rede. Mit dieser Überlegung geht auch notwendigerweise die Idee des Raumes einher, da zwei Seiende in ihrer Faktizität jeweils auch Raum einnehmen. Heidegger macht darauf aufmerksam, dass das In-Sein auch so verstanden werden kann, dass ein Seiendes in einem anderen Seienden örtlich vorhanden ist. Dabei spricht er vom Mitvorhandensein und erörtert, dass es sich dabei nicht um eine daseinsmäßige Seinsart handelt. Das Mitvorhandensein ist nicht ein Dasein, dem es um sein Sein selbst geht. „In-Sein dagegen meint eine Seinsverfassung des Daseins und ist ein *Existenzial*.“³⁹ Heidegger unterscheidet zwischen dem Mitvorhandenen in einem anderen Sein als Kategorial, das In-Sein als ein Existenzial, welches zur Seinsverfassung des Daseins gehört. „*In-Sein ist demnach der formale existenziale Ausdruck des Seins des Daseins, das die wesenhafte Verfassung des In-der-Welt-seins hat.*“⁴⁰ Das In-der-Welt-sein gilt als der Grund der Seinsverfassung. In-Sein lokalisiert das Sein des Daseins in der Welt. An einer anderen Stelle schreibt Heidegger: „Diese Seinsbestimmungen des Daseins müssen nun aber a priori auf dem Grunde der Seinsverfassung gesehen und verstanden werden, die wir das *In-der-Welt-sein* nennen.“⁴¹ Hier wird deutlich, dass die Seinsbestimmungen des Daseins auf das In-der-Welt-sein bezogen werden. Als weiteren wichtigen Aspekt des In-der-Welt-seins gilt, dass es der Wahrnehmung vorgeht. Für Heidegger ist das In-der-Welt-sein a priori. „Das In-der-Welt-sein ist zwar eine a priori notwendige Verfassung des Daseins, aber längst nicht ausreichend, um dessen Sein voll zu bestimmen.“⁴² Dasein ist immer schon vor dem Hintergrund des In-der-Welt-seins zu verstehen. Es handelt sich dabei um eine ursprüngliche Struktur, die dem Dasein a priori anhaftet. „Dieses ‚Apriori‘ der Daseinsauslegung ist keine zusammengestückte Bestimmtheit, sondern eine ursprünglich und ständig ganze Struktur.“⁴³ Hier wird angedeutet, dass auch die weiteren Bestimmungen als Existenzialien nicht Teile des In-der-Welt-seins sind, sondern als eine Struktur zu verstehen ist. „Das In-der-Welt-sein [...] ist von vornherein das Existieren des Menschen selbst.“⁴⁴

38 Heidegger, *Sein und Zeit*, 54.

39 Ebd. 54.

40 Ebd. 54.

41 Ebd. 53.

42 Ebd. 53.

43 Ebd. 41.

44 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 286.

Existenzialien

Die Daseinsanalytik legt die Bestimmungen des Daseins als Existenzialien frei. Die Existenzialien bilden die ontologischen Strukturen oder Grundbestimmungen, die dem Sein zugehörig sind. Dazu zählt Heidegger die Gestimmtheit, das Verstehen, die Leiblichkeit, die Sterblichkeit (auch als „Sein zum Tod“ bezeichnet), die Sorge, das Mitsein, die Räumlichkeit und die Zeitlichkeit.⁴⁵ Nach Helmuth Vetter konstituiert sich das Dasein durch das Verstehen, die Befindlichkeit, die Rede und das Verfallen. Die Ganzheit des Daseins fängt er durch die Sorge ein.⁴⁶ Helmuth Vetter orientiert sich dabei thematisch an Martin Heideggers fünftes und sechstes Kapitel aus „Sein und Zeit“. Nachfolgend werden die Existenzialien schwerpunktmäßig so vorgestellt, wie sie für die vorliegende Arbeit von Interesse sein können.

Mitsein und das Man

Das Existenzial Mitsein hebt hervor, dass das Dasein nicht als isoliert zu betrachten ist, sondern der Mensch stets auch mit anderen Menschen in einer Gemeinschaft lebt. Dadurch wird das gemeinsame Erleben in der Welt betont und auf wechselseitige Beziehungen geachtet. Die Existenz des Einzelnen ist untrennbar mit der Existenz anderer verbunden. Martin Heidegger stößt bei der Frage nach dem „Wer“ des Daseins auf Strukturen des Daseins, „die mit dem In-der-Welt-sein gleich ursprünglich sind: das *Mitsein* und *Mitdasein*.“⁴⁷ Dies führt Heidegger vom Subjekt der Alltäglichkeit hin zum „Man“. Er stellt fest, dass ein Dasein nicht ohne den Anderen gegeben ist und resultiert: „Das In-Sein ist *Mitsein* mit Anderen.“⁴⁸ Dabei gilt es zu beachten, dass es keine Rolle spielt, ob einem gerade jemand in der Welt unmittelbar physisch begegnet:

Das Mitsein bestimmt existenzial das Dasein auch dann, wenn ein Anderer faktisch nicht vorhanden und wahrgenommen ist. Auch das Alleinsein des Daseins ist Mitsein in der Welt. *Fehlen* kann der Andere nur *in* einem und *für* ein Mitsein. Das Alleinsein ist ein defizienter Modus des Mitseins, seine Möglichkeit ist der Beweis für dieses.⁴⁹

Daraus ergibt sich, dass das Mitsein das Dasein bestimmt und es gilt die Faktizität des Miteinanderseins, wobei das Fehlen des Miteinander im Sinne eines Alleinseins als defizienter Modus des Mitseins aufzufassen ist. Unter dem defizienten Modus versteht Heidegger gewissermaßen eine unzureichende oder unvollständige Ausprägung. Durch das Mitsein wird der vorherrschende Modus der Begegnung in der Welt des *Mitdaseins* als „Modus der Gleichgültigkeit

45 Stephan Libisch, Charlotte Spitzer, „Daseinsanalyse“, in: *Grundlagen der Psychotherapie. Lehrbuch zum psychotherapeutischen Propädeutikum*, hg. v. Markus Hochgerner, Wien 2018, 110.

46 Vgl. Vetter, *Grundriss Heidegger*, 63.

47 Heidegger, *Sein und Zeit*, 114.

48 Ebd. 118.

49 Ebd. 120.

und Fremdheit“⁵⁰ vorgegeben. Im Mitsein zu den Anderen ist das Dasein nach Heidegger nicht es selbst und findet sich dabei in der Uneigentlichkeit.

Im Besorgen dessen, was man mit, für und gegen die Anderen ergriffen hat, ruht ständig die Sorge um einen Unterschied gegen die Anderen, sei es auch nur, um den Unterschied gegen sie auszugleichen, sei es, daß das eigene Dasein – gegen die Anderen zurückbleibend – im Verhältnis zu ihnen aufholen will, sei es, daß das Dasein im Vorrang über die Anderen darauf aus ist, sie niederzuhalten. Das Miteinandersein ist – ihm selbst verborgen – von der Sorge um diesen Abstand beunruhigt.⁵¹

Daraus ergibt sich für Heidegger durch die Sorge im Mitsein ein wesentlicher Faktor, der auf das In-der-Welt-sein des Daseins einen erheblichen Einfluss nimmt. Gegen andere möchte das eigene Dasein nicht zurück bleiben und versucht sich unterbewusst nach Heidegger einen Vorteil zu verschaffen. Wer das andere ist, ist jedoch noch nicht endgültig klar. Die anderen, mit denen das Dasein im Mitsein ist, begegnen Heidegger im alltäglichen Miteinandersein. Heidegger fragt sich, wer denn das Sein des alltäglichen Miteinanderseins übernimmt. „Das Wer ist nicht dieser und nicht jener, nicht man selbst und nicht einige und nicht die Summe Aller. Das ‚Wer‘ ist das Neutrum, *das Man*.“⁵² Das besondere an Martin Heideggers Idee des alltäglichen Miteinanderseins ist, dass es in das Man aufgeht, was bedeutet, dass nicht klar ist, wer konkret unter dieses Man fällt. Das Man beläuft sich auf die Durchschnittlichkeit. „Das Man, das kein bestimmtes ist und das Alle, obzwar nicht als Summe, sind, schreibt die Seinsart der Alltäglichkeit vor.“⁵³ Im Rückschluss darauf bezieht sich das Dasein im Mitsein nicht zwingend auf konkrete andere, mit denen es in der Welt ist, sondern auf die durchschnittliche Alltäglichkeit aller. Das Man gibt in dieser Position in seiner Durchschnittlichkeit ein gewünschtes Verhalten vor, an das sich das Dasein orientiert. „Diese Durchschnittlichkeit in der Vorzeichnung dessen, was gewagt werden kann und darf, wacht über jede sich vordrängende Ausnahme. Jeder Vorrang wird geräuschlos niedergehalten.“⁵⁴ Daraus folgt, dass sich das Dasein zunächst durch sein Mitsein an die durchschnittliche Alltäglichkeit anpassen muss. Heidegger hebt hervor, dass durch die Durchschnittlichkeit eine Glättung stattfindet. Die Sorge der Durchschnittlichkeit führt zur Einebnung von Seinsmöglichkeiten. Die Seinsweisen des Man werden nach Heidegger in der Abständigkeit, der Durchschnittlichkeit und der Einebnung konstituiert.⁵⁵ Diese Seinsweisen werden als die Öffentlichkeit verstanden. „Die Öffentlichkeit

50 Heidegger, *Sein und Zeit*, 121.

51 Ebd. 126.

52 Ebd. 126.

53 Ebd. 127.

54 Ebd. 127.

55 Vgl. Ebd. 127.

verdunkelt alles und gibt das so Verdeckte als das Bekannte und jedem Zugängliche aus.“⁵⁶ Alles wird in die Durchschnittlichkeit aufgenommen und tritt nivelliert in der Öffentlichkeit auf. Dem liegt der Gedanke zugrunde, dass das Man zwar überall hinein fällt, jedoch im Einzelfall verflüchtigt es sich. Dennoch nimmt es, Heidegger zufolge, dem Dasein die Verantwortlichkeit. Es kann sich immer auf das Man berufen werden, wodurch Verantwortung abgenommen wird. Gleichzeitig ist aber nicht klar, wer die Verantwortung nun konkret trägt. Durch das Man ist niemand da, „der für etwas einzustehen braucht.“⁵⁷ Heidegger führt die Frage nach dem Mitsein, als Seinsart des Daseins, zur Alltäglichkeit des Miteinanderseins, welches sich als das Man äußert. Daraus resultiert, dass das Dasein auch sein Selbstsein im Man findet. „Jeder ist der Andere und Keiner er selbst. Das *Man*, mit dem sich die Frage nach dem *Wer* des alltäglichen Daseins beantwortet, ist das *Niemand*, dem alles Dasein im Untereinandersein sich je schon ausgeliefert hat.“⁵⁸ In der Alltäglichkeit wird daher auch das jeweilige Dasein in die alltägliche Durchschnittlichkeit, in das Man, nivelliert. Heidegger sieht aber auch einen Ausweg aus dieser Einebnung: Die Welt muss vom eigenen Dasein aus selbst entdeckt werden. Im Man tritt das Dasein als uneigentlich auf. Erschließt sich das Dasein die Welt selbst, entdeckt es die Welt in seinem eigentlichen Sein. Heidegger zufolge führt das dazu, dass „sich dieses Entdecken von ‚Welt‘ und Erschließen von Dasein immer als Wegräumen der Verdeckungen und Verdunkelungen, als Zerschneiden der Verstellungen, mit denen sich das Dasein gegen es selbst abriegelt“⁵⁹, äußert. In der Alltäglichkeit verschließt sich das Dasein vor dem eigentlichen Sein und riegelt sich daher in seiner Uneigentlichkeit ab. Warum die durchschnittliche Alltäglichkeit im Mitsein und somit im In-der-Welt-sein des Daseins eine so wesentliche Rolle spielt, geht darauf zurück, dass sich das Sein dem Dasein auf diese Weise zunächst und zumeist zeigt.⁶⁰

Das Selbst aber ist zunächst und zumeist uneigentlich, das Man-selbst. Das In-der-Welt-sein ist immer schon verfallen. *Die durchschnittliche Alltäglichkeit des Daseins kann demnach bestimmt werden als das verfallend-erschlossene, geworfen-entwerfende In-der-Welt-sein, dem es in seinem Sein bei der „Welt“ und im Mitsein mit Anderen um das eigenste Seinkönnen selbst geht.*⁶¹

Die Uneigentlichkeit ist somit der vorrangige Zustand des Daseins. Dadurch ist sein Verfallen dem Erschließen und die Geworfenheit dem Entwerfen vorangestellt. Das Erschließen erfolgt aus dem Verfallen und das Entwerfen aus der Geworfenheit. Heidegger betont, dass es dem Dasein dennoch

56 Heidegger, *Sein und Zeit*, 127.

57 Ebd. 127.

58 Ebd. 128.

59 Ebd. 129.

60 Vgl. Ebd. 16.

61 Ebd. 181.

um das eigene Seinkönnen geht und nennt das Verfallen eine Flucht: „Das Verfallen des Daseins an das Man und die besorgte ‚Welt‘ nannten wir eine ‚Flucht‘ vor ihm selbst.“⁶² Das Dasein flüchtet im Verfallen von seiner Eigentlichkeit in die Uneigentlichkeit und somit vor sich selbst. Damit sich das Dasein wieder seiner Eigentlichkeit zuwenden kann, ist eine Abkehr vom Verfall an das Man notwendig. „Die Abkehr des Verfallens gründet vielmehr in der Angst, die ihrerseits Furcht erst möglich macht.“⁶³ In der Flucht weicht das Dasein dem Bedrohlichen aus und flüchtet in die Uneigentlichkeit. Das Bedrohliche zielt nämlich auf die Eigentlichkeit ab. Möchte sich das Dasein jedoch vom Verfallen in die Uneigentlichkeit abwenden und sich der Bedrohung stellen, um in der Eigentlichkeit zu bleiben, oder in die Eigentlichkeit zu kommen, erfährt es Furcht. Es stellt sich die Frage nach dem Verhältnis zur Welt ein. Medard Boss hält fest: „In diesen Beziehungs- und Verhaltens-Modi eines Menschen zeigt sich das Begegnende immer schon betont in seinen Möglichkeiten, vom betreffenden Menschen irgendwie verändert werden zu können.“⁶⁴ Das Dasein verfällt zunächst in die Alltäglichkeit und befindet sich im Verhältnis zur Mitwelt zuerst in seiner Uneigentlichkeit. Nach Boss sind in dem Verhältnis aber immer schon Möglichkeiten angezeigt, sodass sich das Dasein aus dem bestehenden uneigentlichen Verhalten abwenden kann.

Das Dasein ist immer als In-der-Welt-sein, als das Besorgen von Dingen und das Sorgen für Mitseiende, als das Mitsein mit den begegnenden Menschen zu sehen, nie als ein für sich bestehendes Subjekt. Das Dasein ist ferner immer als ein Inne-stehen in der Lichtung, als Aufenthalt bei dem Begegnenden, d. h. als Erschlossenheit für das darin angehende Begegnende zu sehen. *Aufenthalt* ist immer zugleich ein Verhalten zu⁶⁵.

Zusammengefasst kann das Existenzial des Mitseins festgehalten werden als ein Dasein, das sich durch das In-der-Welt-sein immer schon irgendwie zu Mitseiendem verhält. Zunächst zeigt sich dieses Verhältnis durch die Uneigentlichkeit des Daseins. Ein Ziel des Daseins kann sein, dass es durch die gegebene Möglichkeiten von der Uneigentlichkeit in die Eigentlichkeit gelangt. „[W]enn man sagt: er geht ganz in seiner Sache auf. Dann existiert er eigentlich als der, der er ist, d. h. in seiner Aufgabe.“⁶⁶ Dabei hält sich das Dasein in seiner Eigentlichkeit zum Anwesenden, das ihn angeht, auf.

Verstehen

Mit dem Verstehen ist nicht nur das kognitive Verstehen gemeint, sondern Heidegger integriert in das Existenzial des Verstehens auch die praktische, emotionale Dimension des Verstehens der Welt.

62 Heidegger, *Sein und Zeit*, 185.

63 Ebd. 186.

64 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 98.

65 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 204.

66 Ebd. 205.

Das Verstehen ist prozesshaft und durchdringt das Dasein kontinuierlich. Es hat die „existenziale Struktur des *Entwurfs*.“⁶⁷ Entworfenes wird im Verstehen erschlossen. Durch das Erschließen der Welt kann mit ihr in Beziehung getreten werden. „Der Entwurf betrifft das Worumwillen des Daseins und die Bedeutsamkeit der Welt, in der sich das Dasein befindet.“⁶⁸ Sowohl das Verstehen, als auch die Befindlichkeit sind, neben anderen, beide konstitutiv für die Grundverfassung des Daseins. Heidegger geht schließlich auf ihre Gleichursprünglichkeit ein. Dabei tritt der Entwurf als geworfener Entwurf auf.

Und nur *weil* Dasein verstehend sein Da ist, *kann* es sich verlaufen und verkennen. Und sofern Verstehen befindliches ist und als dieses existenzial der Geworfenheit ausgeliefertes, hat das Dasein sich je schon verlaufen und verkannt. In seinem Seinkönnen ist es daher der Möglichkeit überantwortet, sich in seinen Möglichkeiten erst wieder zu finden.⁶⁹

Das Dasein ist immer schon verstehend und erfährt durch seine Geworfenheit die Möglichkeit des Verstehens, wobei Heidegger darauf aufmerksam macht, dass durch die Möglichkeit des Verstehens ebenso die Möglichkeit des Verkennens und somit des Verlaufs gegeben ist. Das Dasein versteht sein eigenes Sein vor dem Hintergrund der Möglichkeiten. „*Verstehen ist das existenziale sein des eigenen Seinkönnens des Daseins selbst, so zwar, daß dieses Sein an ihm selbst das Woran des mit ihm selbst Seins erschließt.*“⁷⁰ Das eigene Seinkönnen des Daseins verweist auf die Möglichkeiten hin, die es in seinem Existieren selbst verstehen kann. Heidegger betont, dass das Verstehen Entwurfcharakter besitzt. Während das Dasein durch seine Geworfenheit Möglichkeiten unterliegt, versteht es sich vor dem Hintergrund von Möglichkeiten. Dasein versteht sich, es entwirft verstehend ein Verständnis von sich selbst. Das Verstehen als Existenzial ist kein abgeschlossener Prozess: „als Dasein hat es sich je schon entworfen und ist, solange es ist, entwerfend. Dasein versteht sich immer schon und immer noch, solange es ist, aus Möglichkeiten.“⁷¹ Das führt letztlich dazu, dass sich das Dasein durch sein Verstehen als ein Dasein aus Möglichkeiten, sich durch das Entwerfen stets als eine Möglichkeit versteht: „Das Verstehen ist, als Entwerfen, die Seinsart des Daseins, in der es seine Möglichkeiten als Möglichkeiten *ist*.“⁷² Im Moment versteht sich das Dasein daher als eine Möglichkeit, was bedeutet, dass es diese Möglichkeit ist. In einem anderen Moment kann sich das Dasein als eine andere Möglichkeit verstehen. „Und nur weil das Sein des Da durch das Verstehen und dessen Entwurfcharakter seine Konstitution erhält, weil es *ist*, was es

67 Vetter, *Grundriss Heidegger*, 80.

68 Ebd. 70.

69 Heidegger, *Sein und Zeit*, 144.

70 Ebd. 144.

71 Ebd. 145.

72 Ebd. 145.

wird bzw. nicht wird, kann es verstehend ihm selbst sagen: ‚werde, was du bist!‘.⁷³ Damit könnte Heidegger auf das Selbstverständnis des Daseins abzielen. Das Dasein kann sich entwerfend als eine Möglichkeit verstehen, doch könnte die Aufforderung, zu werden, was man ist, so ausgelegt werden, dass das Werden ein tiefgründiges Verstehen ist. Ein Verstehen seiner selbst vor dem Hintergrund des Entwurfcharakters des Verstehens durch die Möglichkeiten, könnte auch zu einem gründlicheren oder durchsichtigeren Verstehen führen. Demnach wäre ein verkennendes Verstehen nicht wünschenswert. Heidegger bringt dieses Verstehen mit der Selbsterkenntnis zusammen und geht auf die Bedeutung der Durchsicht ein:

Die Sicht, die sich primär und im ganzen auf die Existenz bezieht, nennen wir die *Durchsichtigkeit*. Wir wählen diesen Terminus zur Bezeichnung der wohlverstandenen „Selbsterkenntnis“, um anzuzeigen, daß es sich bei ihr nicht um das wahrnehmende Aufspüren und Beschauen eines Selbstpunktes handelt, sondern um ein verstehendes Ergreifen der vollen Erschlossenheit des In-der-Welt-seins *durch* seine wesenhaften Verfassungsmomente *hindurch*. Existierendes Seiendes sieht „sich“ nur, sofern es sich gleichursprünglich in seinem Sein bei der Welt, im Mitsein mit Anderen als der konstitutiven Momente seiner Existenz durchsichtig geworden ist.⁷⁴

Die Forderung, zu werden, was man ist, geht nach Heidegger so weit, dass sich das Dasein in seinem In-der-Welt-sein versteht. Es geht womöglich nicht bloß darum, eine aktuelle Möglichkeit seines Seins zu verstehen, sondern wesenhafte Verfassungsmomente des eigenen Seins zu erkennen. Konstitutive Momente der eigenen Existenz vor dem Hintergrund des Mit-seins, als dem Sein bei der Welt, werden durch das Verstehen aufgedeckt. „In der Weise der Gestimmtheit ‚sieht‘ das Dasein Möglichkeiten, aus denen her es ist. Im entwerfenden Erschließen solcher Möglichkeiten ist es je schon gestimmt.“⁷⁵ Was besagt, dass dem Dasein verstehend nicht einfach alle Möglichkeiten offenliegen. Durch seine Gestimmtheit wird sozusagen ein Blickfeld vorgegeben, wobei auch durch das Erschließen der Möglichkeiten die Gestimmtheit gelenkt wird. Erfasst wird im Verstehen das Sein, welches durch die Gestimmtheit ausgelegt ist. „Was im verstehenden Erschließen artikulierbar ist, nennen wir Sinn. [...] *Sinn ist das durch Vorhabe, Vorsicht und Vorgriff strukturierte Woraufhin des Entwurfs, aus dem her etwas als etwas verständlich wird.*“⁷⁶ Durch die Auslegung im Erschließen des In-der-Welt-sein zeichnet sich ein Weltverstehen ab. Das Dasein erhält dadurch seinen Sinn. Die Vorhabe kann als ein Vorverstehen erfasst werden. Die Vorsicht beschreibt die bereits vorhandene Blickrichtung. „Jede Vorhabe und jeder Vorblick benötigen spezifische Begriffe,

73 Heidegger, *Sein und Zeit*, 145.

74 Ebd. 146.

75 Ebd. 147.

76 Ebd. 151.

d.h. einen *Vorgriff*. Dieser bestimmt die Art des Zugangs zu seiendem, kann aber diesen auch verfehlen“⁷⁷.

Befindlichkeit

Wie der Mensch die Welt wahrnimmt, hängt stark davon ab, wie er gestimmt ist. Die Gestimmtheit ist als eine grundlegende Struktur des Daseins zu verstehen und prägt die Wahrnehmung und Interpretation der Welt. So wie die Gestimmtheit, wird die Stimmung im Allgemeinen ontologisch der Befindlichkeit zugeschrieben. „Daß Stimmungen verdorben werden und umschlagen können, sagt nur, daß das Dasein je schon immer gestimmt ist.“⁷⁸ Das Dasein befindet sich in einer Gestimmtheit. Eine Stimmung kann umschlagen oder anhalten. Heidegger spricht bei einer Verstimmung von der Ungestimmtheit, „daß gerade in ihr das Dasein ihm selbst überdrüssig wird. Das Sein des Da ist in solcher Verstimmung als Last offenbar geworden. Warum, *weiß* man nicht.“⁷⁹ Verstimmung kann einerseits als eine Laune wahrgenommen werden, oder andererseits, wie sie Heidegger im Ungestimmtsein als eine grundsätzliche, tiefgreifendere Verstimmung verstehen will. „Unsere Stimmung bestimmt die Weise, wie wir für die Welt offen sind.“⁸⁰ Die Offenheit für die Welt ist durch die Gestimmtheit gerichtet. Die Stimmung des Menschen beeinflusst den Menschen in seiner Offenheit für die Welt und kann diese daher auch einengen. Die Aufmerksamkeit des Menschen wird durch seine Gestimmtheit geleitet. „In der Verstimmung dagegen ist das Dasein sich selbst gegenüber blind, die Umwelt, der seine Sorge (seine Fürsorge) gilt, verschleiert sich.“⁸¹ Dabei zeigt sich, dass bei einer Verstimmung auf die Umwelt nicht mehr auf die gleiche Weise eingegangen werden kann, als ohne der Verstimmung. Daraus könnte resultiert werden, dass die Umwelt durch eine Verstimmung anders wahrgenommen wird. Stephan Libisch deutet darauf hin, dass in der Verstimmung die Offenheit zur Welt nur gedämpft gegeben ist.⁸² Wenn die Gestimmtheit nicht gegeben ist, spricht die Daseinsanalyse von der Verstimmung. „In diesem ‚wie einem ist‘ bringt das Gestimmtsein das Sein in sein ‚Da‘.“⁸³ Die Stimmung ist bezeichnend dafür, wie einem ist und weißt in der Gestimmtheit dem Sein sein Da zu, und damit, wie sich das Sein in der Welt zu der Welt verhält. Das Seiende ist in sein Da geworfen, was Heidegger die Geworfenheit nennt. „*Die Befindlichkeit erschließt das Dasein in seiner Geworfenheit und zunächst und zumeist in der Weise der ausweichenden Abkehr.*“⁸⁴ Ursprünglich zeichnet sich die Befindlichkeit durch ein Verschließen

77 Vetter, *Grundriss Heidegger*, 81.

78 Heidegger, *Sein und Zeit*, 134.

79 Ebd. 134.

80 Libisch, Spitzer, *Daseinsanalyse*, 110.

81 Ebd. 110.

82 Vgl. Ebd. 110.

83 Heidegger, *Sein und Zeit*, 134.

84 Ebd. 136.

und Abkehren von der Welt aus. Das ist möglich, da die Stimmung aus dem In-der-Welt-sein und damit auch aus dem Mit-sein aufkommt. Die Verstimmung ist somit ursprünglicher als die Stimmung. Sie verschleiert die Welt und „die Umsicht des Besorgens wird mißleitet“⁸⁵. Die Wesensbestimmungen der Befindlichkeit sind nach Heidegger das Erschließen der Geworfenheit, des In-der-Weltseins und ein umsichtiges Zulassen von Begegnungen, bei dem die Umwelt auf Bedrohliches geprüft wird. Die Befindlichkeit erschließt somit die Welt auch auf Bedrohliches⁸⁶ Die Welt ist durch unsere Gestimmtheit nicht immer gleich erschlossen und wie in Bezugnahme auf die Bedrohlichkeit zu errahnen ist, kann die Welt selbst nicht als konstant betrachtet werden. In der Befindlichkeit liefert sich das Sein der Welt aus und weicht ihr auch aus, wobei das Ausweichen von Heidegger als eine existenzielle Verfassung des Daseins angesehen wird und sich im Phänomen des Verfallens äußert.⁸⁷

Die Furcht ist nach Heidegger ein Modus der Befindlichkeit. Dabei gilt die Furcht als eine existenziale Möglichkeit der Befindlichkeit, deren Abwandlungen Heidegger als die Schüchternheit, die Scheuheit, die Bangigkeit oder das Stutzigwerden ausmacht und er fasst diese Befindlichkeiten als Furchtsamkeit zusammen.⁸⁸ Heidegger unterscheidet, wovor sich das Dasein fürchtet, dass sich das Dasein fürchten kann und worum sich das Dasein fürchtet: „Das *Wovor* ist das Furchtbare. [...] Weil sich die Nähe des Furchtbaren nicht beeinflussen lässt, wird die Furcht zur Bedrohung.“⁸⁹ Das Dasein fürchtet sich demnach vor dem Unbeeinflussbaren. Das zeigt, dass sich das Dasein fürchten kann. „Mit seiner Furchtsamkeit hat es die Welt schon daraufhin erschlossen, dass etwas Furchtbares bevorstehen könnte.“⁹⁰ Das Dasein fürchtet sich vor dem Bedrohlichem um seiner selbst. „Das *Worum* die Furcht fürchtet, ist das sich fürchtende Seiende selbst, das Dasein.“⁹¹ Klar ist für Heidegger, dass sich nur das Seiende fürchten kann, „dem es in seinem Sein um dieses selbst geht“⁹². Fürchten kann sich somit nur das Dasein. „Die Furcht verschließt zugleich das gefährdete In-Sein, indem sie es sehen läßt, so daß das Dasein, wenn die Furcht gewichen, sich erst wieder zurechtfinden muß.“⁹³ Die Furcht hat dadurch einen privativen Charakter, da die Orientierung durch die Furcht im In-der-Welt-sein eingeengt ist. Ein klarer Blick auf die Welt ist durch die Furcht nicht möglich. Nicht nur durch die Furcht kann einem die Welt verschlossen sein, sondern durch andere Stimmungen, die durch das Mitsein mitgegeben werden. „Alle Stimmungen, deren ein Mensch

85 Heidegger, *Sein und Zeit*, 136.

86 Vgl. Ebd. 137.

87 Vgl. Ebd. 139.

88 Vgl. Ebd. 142.

89 Vetter, *Grundriss Heidegger*, 79.

90 Ebd. 79.

91 Heidegger, *Sein und Zeit*, 141.

92 Ebd. 141.

93 Ebd. 141.

fähig ist, sind ihm als Möglichkeiten seines Existierens immer schon von Anfang an mitgegeben“⁹⁴. Je nach der Offenständigkeit des Seins und seiner Stimmung, kann das Dasein die Welt sehen und sich ihr gegenüber verhalten.

Grundbefindlichkeit Angst

Auf der Suche nach den „*weitestgehendsten* und *ursprünglichsten* Erschließungsmöglichkeiten“⁹⁵ stößt Heidegger auf die Angst als eine Grundbefindlichkeit: „Die Weise des Erschließens, in der das Dasein sich vor sich selbst bringt, muß so sein, daß in ihr das Dasein selbst in gewisser Weise *vereinfacht* zugänglich wird.“⁹⁶ Es soll möglich sein, aus der Angst heraus auf das Dasein zu schließen. Die Angst geht weiter als die Furcht. In der Angst ängstigt sich das Dasein um es selbst und erfährt den Moment der Vereinzelung:

Sie [die Angst] wirft das Dasein auf das zurück, worum es sich ängstet, sein eigentliches In-der-Welt sein können. Die Angst vereinzelt das Dasein auf sein eigenstes In-der-Welt-sein, das als verstehendes wesenhaft auf Möglichkeiten sich entwirft. Mit dem Worum des Sichängstens erschließt daher die Angst das Dasein *als Möglichsein* und zwar als das, das es einzig von ihm selbst her als vereinzelt in der Vereinzelung sein kann.⁹⁷

In der Angst eröffnet sich dem Dasein sein Möglichkeitscharakter, dass sein In-der-Welt-sein enden könnte. Das Dasein kann sich von sich selbst her als vereinzelt in der Vereinzelung wahrnehmen und ängstigt sich um sich selbst. Durch die Vereinzelung wird das Dasein aus dem Verfallen in die Alltäglichkeit zurückgeholt. „Eigentlichkeit und Uneigentlichkeit als Möglichkeiten seines Seins“⁹⁸ werden dem Dasein sichtbar. Der besondere Moment der Angst als Grundbefindlichkeit ist nicht bloß die Vereinzelung, sondern dass die Angst über das Dasein einbricht und „[d]ie alltägliche Vertrautheit bricht in sich zusammen.“⁹⁹ Die alltägliche Vertrautheit ist die vertraute Alltäglichkeit und somit die Alltäglichkeit, in die das Dasein neigt, zu verfallen. In der Alltäglichkeit ist das Dasein uneigentlich. Es ist nicht es selbst. „Das Dasein verfehlt damit seine eigensten Möglichkeiten; es muss erst werden, was es eigentlich ist.“¹⁰⁰ In der Angst zerfällt das Vertraute und das Dasein wird vor die Wahl gestellt. Die Wahl zwischen den Möglichkeiten der Eigentlichkeit und Uneigentlichkeit erfolgt durch den Nachdruck der Angst, welche das Dasein an die Möglichkeit des Nicht-mehr-sein-könnens erinnert. „Angst eröffnet dem Da-sein die *eine* Möglichkeit, daß es

94 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 290.

95 Heidegger, *Sein und Zeit*, 182.

96 Ebd. 182.

97 Ebd. 187f.

98 Ebd. 191.

99 Ebd. 189.

100 Vetter, *Grundriss Heidegger*, 90.

nämlich sämtlicher Bezüge zum Anwesenden in der Welt verlustig gehen kann.“¹⁰¹ Medard Boss veranschaulicht, dass die Möglichkeit des Nicht-mehr-sein-könnens grundlegend ist. Die Angst bildet das Sprungbrett für das Dasein, sich seiner Eigentlichkeit zuwenden zu können, um es selbst werden zu können. Helmuth Vetter hebt jedoch hervor, dass sich das Dasein dennoch für den Verfall in die vertraute Alltäglichkeit entscheiden kann: „entweder in der besorgten Welt aufzugehen oder sich zu entscheiden, ein Selbst zu werden. Dieses Entweder-Oder geht jeder einzelnen Wahl voraus.“¹⁰² Entscheidet sich das Dasein dazu, es selbst werden zu wollen, ist es nach Vetter notwendig, dass das eigene Schuldigsein angenommen werde. Die Kehre erfolgt dann im Vorlaufen zum Tod.¹⁰³ Dadurch ist es dem Dasein erst möglich, zu werden, was es eigentlich ist, wenn es die eigentliche Sterblichkeit in den Blick nimmt und erkennt, dass es für sein Leben selber verantwortlich ist. Martin Heidegger hält fest: „Die verfallende Flucht *in* das Zuhause der Öffentlichkeit ist Flucht *vor* dem Unzuhause“¹⁰⁴. Er verdeutlicht damit, warum es für das Dasein sinnvoll sein kann, sich in die Alltäglichkeit, in das Man zu flüchten. Wenn Heidegger schreibt, dass die Flucht in die Öffentlichkeit die Flucht vor dem eigenen Unzuhause ist, meint er damit, dass das Dasein vor seiner Eigentlichkeit flüchtet. Stellt die Eigentlichkeit kein Zuhause dar, kann das Dasein sich selbst nicht annehmen. Es erkennt sein Schuldigsein nicht an und übernimmt auch keine Verantwortung für sich selbst. Um das Unzuhause zu einem Zuhause machen zu können, ist es demnach notwendig, sich seinem Schuldigsein bewusst zu werden. Die Angst um sich selbst ist so überwältigend, dass die Entscheidung zur Hinwendung zur Eigentlichkeit erfolgen kann.

In der Angststimmung dagegen fürchtet das Da-sein den völligen Entzug dessen, woran es sich halten kann. Ineins damit bringt die Angst das Da-sein vor die Möglichkeit des eigenen Nicht-mehr-da-sein-könnens. Es wird die Ankunft eines leeren, alles in sich vernichtenden Nichts gefürchtet. Zugunsten dieses Gewärtigens einer bevorstehenden Vernichtung des In-der-Welt-seins sind in der großen Angst alle anderen Bezugsmöglichkeiten zum Gewesenen, Gegenwärtigen und Zukünftigen verdunkelt. Weder an den Dingen noch an seinen Mitmenschen kann der so Geängstigte einen Halt finden.¹⁰⁵

An dieser Stelle macht Heidegger sichtbar, wie dramatisch das Erleben von Angst für das Dasein sein kann und wie ernst es ihm dabei um die Idee der Vereinzelung geht. In der Vereinzelung, wo das Dasein jeglichem Halt zur Alltäglichkeit entbunden ist, wird ihm klar, dass es sterben kann. Die Vernichtung des eigenen In-der-Welt-seins sieht von der alltäglichen Sterblichkeit des Man ab. Dabei würden immer die anderen sterben. In der Angst rückt der eigene Tod und die Vernichtung

101 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 482.

102 Vetter, *Grundriss Heidegger*, 89.

103 Vgl. Ebd. 90.

104 Heidegger, *Sein und Zeit*, 189.

105 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 483.

des eigenen In-der-Welt-seins in den Vordergrund. Dem Dasein wird bewusst, dass es selbst sterben kann und sterben wird. In dieser Klarheit als dem ausgezeichneten Erschließen kann das Dasein aus seiner Uneigentlichkeit ausbrechen und letztlich werden, was es eigentlich ist.

Sterblichkeit

Durch die Besinnung auf die Sterblichkeit wird sich das Dasein seiner Endlichkeit bewusst. Der Tod soll nicht verdrängt werden, sondern als eine Möglichkeit der Existenz aufgefasst werden. Wird die eigene Sterblichkeit angenommen, kann sich daraus eine Motivation entwickeln, sein eigenes Leben in Einklang mit der wahren eigenen Bestimmung zu führen. Jeder Moment ist kostbar. Das Leben soll mit Sinnhaftigkeit und Authentizität gefüllt werden.

Durch die Sterblichkeit eröffnet sich die Motivation zu einer existenziellen Haltung der Gelassenheit und Akzeptanz. „Erst in der Annahme der Sterblichkeit können sich der Wert und die Weite des Lebens entfalten.“¹⁰⁶ Das bedeutet nach Libisch, dass die Tragweite des Lebens in seiner Sinnhaftigkeit erst durch das Bewusstwerden der Vergänglichkeit ausgelegt werden kann. Einzelne Momente erfahren so ein ganz besonderes Gewicht. „Einzig der Mensch stirbt in jener ausgezeichneten Weise, daß er um sein Sterblich-sein von früh auf weiß. Deshalb gilt die Sterblichkeit von alters her als ein Kennzeichen seiner Existenz von höchstem Range“¹⁰⁷. In der Sterblichkeit ist demnach das Wissen um die Sterblichkeit beinhaltet. Dieses Bewusstwerden stellt den Menschen vor die Wahl. „In Anbetracht dieses dem Menschen wesensmäßig eigenen Sich-verhalten-müssens zum Tode kann man das menschliche Existieren mit Recht ein Sein-zum-Tode nennen.“¹⁰⁸ Dasein verhält sich immer schon auf eine Weise zum Tod. Ob es ihm bewusst ist oder nicht. Bewusst wird sich das Dasein seiner Sterblichkeit in Anbetracht des Todes, der aus einer Angst hervorgeht. In der Angst vor dem Tod fürchtet sich das Dasein um seiner selbst. In dieser Konfrontation wird dem Dasein bewusst: „Im Tod findet das Da-sein als das leibhaftige In-der-Welt-sein, das es ist, sein endgültiges Ende.“¹⁰⁹ Dass der Tod irreversibel ist, wird dem Dasein besonders im Zustand der Angst bewusst.

Wie Medard Boss schreibt, kann es auch zu Missverständnissen kommen: „Eine Harmlosigkeit wird in solcher Gestimmtheit als ärgste Bedrohlichkeit mißverstanden.“¹¹⁰ Dennoch gilt für ihn: „alle Ängste sind ‚Real-Ängste‘.“¹¹¹ Dies gilt es zu beachten, wenn ein Dasein durch die Angst auf seine Vereinzelung zurückgeworfen wird. Für Außenstehende muss diese Angst in diesem Ausmaß nicht nachvollziehbar sein. Schließlich führt Heidegger in der Sterblichkeit und der Angst

106 Libisch, Spitzer, *Daseinsanalyse*, 111.

107 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 309.

108 Ebd. 309.

109 Ebd. 309.

110 Ebd. 297.

111 Ebd. 297.

des Daseins um sein eigenes Sein selbst, in Abhebung zur Alltäglichkeit, den Gedanken des Zurückwerfens auf das eigene Sein in der Vereinzelung an.

Angst ist diejenige Stimmung des Da-seins, in der es ineins aufgeschlossen und eingeengt ist auf das Vernehmen der Möglichkeit, den Halt an allem anderen Seienden zu verlieren, ganz auf es selbst zurückgeworfen zu werden und als ein auf sich allein gestelltes Existieren unterzugehen, überhaupt nicht mehr da sein zu können. Selbst wenn eine Mutter nicht um ihr eigenes Leben, sondern um das ihres Kindes bangt, ängstigt sie sich vor der Zerstörung ihrer selbst. Sie existiert in so hohem Maße im Bezug zu ihrem Kind, geht als Da-sein so sehr in ihrem Sein beim Kinde auf, daß der Bruch dieses Verhältnisses einer Zerstörung ihres eigenen Da-seins gleichkommt. Besteht doch Da-sein immer ‚nur‘ aus den es konstituierenden Beziehungsmöglichkeiten.¹¹²

Medard Boss führt beispielhaft an, dass die Vereinzelung das Dasein vor die Wahl stellt und dabei der Blick auf die Möglichkeiten erweitert oder eingeengt werden kann. Es ist dabei jedoch nicht besonders wichtig, ob die Angst aus der je nur eigenen Sterblichkeit erwachsen muss. Die Mutter, die Angst um das Leben ihres Kindes hat, könnte zwar nach dem Tod des Kindes weiterleben, jedoch nicht in der für sie konstituierenden Beziehungsmöglichkeit zu ihrem Kind. Boss entwickelt diese Angst um den Tod des sehr nahestehenden Kindes zur Zerstörung des eigenen Daseins der Mutter. Im Gegensatz dazu merkt Boss an, dass Kinder den Tod womöglich nicht in dem selben Ausmaß fürchten wie Erwachsene. „Nach der Pubertät dagegen tritt zumeist Angst vor dem Tode auf. Sie wird um so größer, je ausgesprochener und ausschließlicher sich ein Adoleszent im Geist der Neuzeit als ein [...] auf sich allein gestelltes Subjekt erfährt.“¹¹³ Rückschließend könnte die Behauptung aufgestellt werden, dass Kinder, in Abhängigkeit von Bezugspersonen, noch keine Vereinzelung in diesem einschneidenden Ausmaß kennen.

Wird die eigene Sterblichkeit wahrgenommen, besteht die Möglichkeit Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen und zu werden, wer man eigentlich ist. Im „Wissens um das Sterblich-sein als eigenste, unüberholbare, unbezügliche und gewisse [...] Existenzmöglichkeit erkennt der Mensch seine Verantwortlichkeit für jeden Augenblick seines Daseins.“¹¹⁴

Sprache

Verstehen und Befindlichkeit nennt Heidegger die fundamentalen Existenzialien, wobei die Rede als das Existenzial der Sprache mit den anderen beiden Existenzialien gleichursprünglich ist.¹¹⁵ „Geworfenheit und Verstehen gehören wechselweise zusammen in einer Zusammengehörigkeit, deren Einheit durch die *Sprache* bestimmt ist. Sprache ist hier zu denken als Sagen, in dem

112 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 295.

113 Ebd. 311.

114 Ebd. 311.

115 Vgl. Heidegger, *Sein und Zeit*, 160f.

Seiendes als Seiendes, das heißt aus dem Hinblick auf Sein sich zeigt.“¹¹⁶ Zur Sprache zählen auch die Möglichkeiten des Hörens und des Schweigens. In der Wahl der Möglichkeiten der Sprache zeichnet sich ebenfalls eine Offenheit des Daseins und somit ein Verständnis der Welt aus.

Sorge

Die Sorge erlaubt es dem Menschen, sich mit seinem eigenen Wohl und dem Wohl anderer zu beschäftigen. Gleichzeitig erwächst durch die Sorge die Verantwortung sich selbst und anderen gegenüber. Libisch weist darauf hin, dass die „dem Dasein wesensmäßige Sorge um sein Sein mit den Menschen und Dingen seiner Welt“¹¹⁷, eben nicht nur auf die Mitmenschen beschränkt ist, sondern sich auch in die umgebende Welt ausdehnt. „Der Titel ‚Besorgen‘ hat zunächst seine vorwissenschaftliche Bedeutung und kann besagen: etwas ausführen, erledigen, ‚ins Reine bringen‘.“¹¹⁸ Heidegger unterstreicht durch seine Ableitung der Sorge vom Besorgen die aktive Komponente des Existenzials. Das Individuum ist um das eigene Wohl und um das Wohl anderer besorgt und versucht aktiv einen gewünschten Zustand zu erreichen, „weil Dasein ontologisch verstanden Sorge ist. Weil zu Dasein wesentlich das In-der-Welt-sein gehört, ist sein Sein zur Welt wesentlich Besorgen.“¹¹⁹ Dadurch zeichnet sich die Sorge als das Wesen des Daseins ab. In der Sorge vereint sich die Ganzheit der Existenzialität: „Das Existenzial der Sorge bezeichnet die *Ganzheit* von Existenzialität, Faktizität und Verfallen“¹²⁰ Die Sorge als das Wesen des Daseins ergibt sich als die Ganzheit dadurch, dass das Dasein stets auf etwas angewiesen ist und ständig zu etwas bezogen ist. „In solchem In-der-Welt-sein als Sorge gründen deshalb auch alle ontischen Verhaltensweisen der Liebenden wie der Hassenden wie des sachlichen Naturwissenschaftlers usw. gleich ursprünglich.“¹²¹ Die Möglichkeiten der Sorge können sich unter anderem in der Fürsorge oder im Besorgen äußern.

Leiblichkeit

Durch die Leiblichkeit wird die Welt unmittelbar erfahren. Der Leib dient der Verwurzelung des Daseins mit der Welt. Der Körper ist somit nicht einfach nur ein Objekt. Die Welt wird durch ihn auf direkte Art und Weise erfahren und durch ihn wird mit der Welt interagiert. Durch den Körper kann das Dasein in der Welt verortet werden. Die Leiblichkeit als Existenzial des Daseins unterscheidet sich von dem bloßen Vorhandensein eines Gegenstandes, wie Martin Heidegger in den Zollikoner Seminaren feststellt: „Offenbar verhält sich der Leib total anders zum Raum als wie

116 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 182f.

117 Libisch, Spitzer, *Daseinsanalyse*, 111.

118 Heidegger, *Sein und Zeit*, 57.

119 Ebd. 57.

120 Vetter, *Grundriss Heidegger*, 89.

121 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 286.

zum Beispiel ein Stuhl im Raume vorhanden (zuhanden) ist. Der Leib nimmt einen Raum ein.“¹²² Veranschaulicht wird der Unterschied von Körper und Leib dadurch, dass der Körper an der Haut aufhört und der Leib einen Raum einnimmt. „Die Leibgrenze ist gegenüber der Körpergrenze nicht quantitativ, sondern qualitativ verschieden.“¹²³ Demnach hat auch das Dasein einen Körper, der in seinen Grenzen quantitativ festgemacht werden kann. „Das *Leiben* hat diesen merkwürdigen Bezug auf das *Selbst*.“¹²⁴ Heidegger macht darauf aufmerksam, dass ein rein physisch vorhandener Körper nicht diesen Bezug zu einem Selbst hat, wie das der Leib als Existenzial. Heidegger ist es wichtig, den Leib außerhalb von Messmethoden zu sehen, denn der Leib, oder in weiterer Folge der Mensch, kann quantitativ nicht vollständig erfasst werden. Dies greift die Distanz der wissenschaftlichen Herangehensweise im Vergleich zu Martin Heideggers Existenzanalyse auf. „Man muß das Leibphänomen als solches unversehrt akzeptieren können. Nur etwas Kausales kann ich nicht verstehen.“¹²⁵ Die Leiblichkeit als ein Existenzial zielt auf das Dasein ab, das mithilfe der Leiblichkeit mit der Mitwelt in Kontakt tritt. Dabei ist der Leib jedoch nicht als ein Gegenstand aufzufassen, wie Heidegger beispielhaft anführt: „Sieht denn der Leib? Nein, *ich* sehe.“¹²⁶ Die Leiblichkeit steht stets in Bezug zum Dasein. Boss betont, dass es nicht wichtig sei, ob ein Phänomen des Leib-seins gerade keine Beachtung findet.¹²⁷ Jedes menschliche Phänomen sei wesensmäßig für den Menschen und daher als leiblich zu beschreiben.

Räumlichkeit und Weltlichkeit

Die Räumlichkeit ist keine leere, neutrale Umgebung, sondern als eine lebendige und bedeutungsvolle Dimension anzusehen. Es umgibt das Dasein und formt dieses. Die Räumlichkeit beschränkt sich nicht auf eine physikalische Dimension, sondern äußert sich in der Verortung des Daseins und der aufgebauten Beziehung der einzelnen Individuen. „Das Besorgen des Daseins, dem es in seinem Sein um dieses Sein selbst geht, entdeckt vorgängig die Gegenden, bei denen es je ein entscheidendes Bewenden hat.“¹²⁸ Was bedeutet, dass sich das Dasein mit seiner Umgebung auseinandersetzt, die es anspricht und in der es wirken kann. „Das Seiende, das wesentlich durch das In-der-Welt-sein konstituiert wird, *ist* selbst je sein ‚Da‘.“¹²⁹ Dieses „Da“ zielt ab auf ein „hier“ und ein „dort“. Das Dasein lokalisiert sich als ein Hiersein, dem dort ein Sein begegnet. Dadurch findet eine Ausrichtung statt, die räumlich in einer Örtlichkeit im In-der-Welt-sein aufgefasst werden

122 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 108.

123 Ebd. 112.

124 Ebd. 113.

125 Ebd. 233.

126 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 114.

127 Vgl. Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 274.

128 Heidegger, *Sein und Zeit*, 104.

129 Ebd. 132.

kann. Dem Dasein begegnet In-der-Welt-seiendes zu dem es einen besorgend-vertrauten Umgang hat.¹³⁰ Dabei spielt es jedoch keine Rolle, auf welche Weise ein Sein das Dasein anspricht. Heidegger selbst erwähnt die Tendenz der Überwindung von Abständen in der räumlichen Umgebung des Daseins.

Alle Arten der Steigerung der Geschwindigkeit, die wir heute mehr oder minder gezwungen mitmachen, drängen auf Überwindung der Entferntheit. Mit dem ‚Rundfunk‘ zum Beispiel vollzieht das Dasein heute eine in ihrem Daseinssinn noch nicht übersehbare Ent-fernung der ‚Welt‘ auf dem Wege einer Erweiterung und Zerstörung der alltäglichen Umwelt.¹³¹

Die alltägliche Umwelt des Daseins verändert sich mit der Entwicklung der Technologien. Distanzen werden in der Zukunft womöglich noch schneller zurückgelegt werden, als das noch bisher der Fall ist. Heidegger betrachtet diese Erweiterung gleichzeitig auch als Zerstörung der alltäglichen Umwelt. Die Umwelt beschränkt sich nicht mehr bloß auf die räumliche und in nächster Nähe befindliche Umwelt, sondern erstreckt sich, je nach Technologie, über den ganzen Planeten. „Die Ausrichtung ebenso wie die Ent-fernung werden als Seinsmodi des In-der-Welt-seins vorgängig *durch die Umsicht* des Besorgens geführt.“¹³² Die Welt, in der sich das Dasein in seinem Besorgen zuwendet, ist je schon beschlossen. Der Raum ist daher als ein a priori miterschlossen und dem Dasein als ebenfalls räumliches Sein in seinem In-Sein vertraut.¹³³ Der Raum ist zwar nach Heidegger als ein a priori aufzufassen, jedoch gilt deshalb nicht, dass das Dasein den Raum bereits begriffen hat. Der Raum muss vom Dasein erst erfasst werden. „Räumlichkeit ist überhaupt nur auf dem Grunde von Welt entdeckbar, so zwar, daß der Raum die Welt doch *mitkonstituiert*, entsprechend der wesenhaften Räumlichkeit des Daseins selbst hinsichtlich seiner Grundverfassung des In-der-Welt-seins.“¹³⁴ Heidegger unterscheidet darüber hinaus die Seinsart des Raumes von der Seinsart des Daseins. Das Dasein kann den Raum, der zwar in seinem Sein das In-der-Welt-sein mitbestimmt, erst durch das Erfassen der Welt entdecken.

Das *Dasein des Menschen* ist in sich *räumlich* in dem Sinne des *Einräumens von Raum* und der *Verräumlichung des Daseins in seiner Leiblichkeit*. Das Dasein ist nicht räumlich, weil es leiblich ist, sondern die Leiblichkeit ist nur möglich, weil das Dasein räumlich ist im Sinne von einräumend.¹³⁵

130 Vgl. Heidegger, *Sein und Zeit*, 104.

131 Ebd. 105.

132 Ebd. 108.

133 Vgl. Ebd. 110f.

134 Ebd. 108.

135 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 105.

Die Räumlichkeit ist zunächst einem bloß Vorhandenen zuzuschreiben. Das Dasein erfährt jedoch daher seine Räumlichkeit, da es Raum einnimmt. Die Räumlichkeit ist deshalb nicht als ein Existenzial zu werten, da es auch anderen Gegenständen zukommt. Das Dasein ist daher nicht deshalb räumlich, weil es leiblich ist, sondern es kann leiblich sein, weil es dem Dasein in seinem Räumlichsein um sein Sein geht.

Die Räumlichkeit der Menschenwelt ist vielmehr [...] durch Offenes, Freies, Gelichtetes von solcher Art ausgezeichnet, daß durch dessen Durchlässigkeit hindurch die anwesenden Gegebenheiten den Menschen mit ihren Bedeutsamkeiten und Verweisungszusammenhängen anzusprechen vermögen.¹³⁶

Die Räumlichkeit der Menschen unterscheidet sich von der Räumlichkeit an sich nicht unbedingt. Medard Boss betrachtet aber die Räumlichkeit aus der Sichtweise des Daseins durch seine Leiblichkeit vor dem Hintergrund einer Qualität in Abhebung der Räumlichkeit von bloß vorhandenen nicht wahrnehmbaren Dingen. Die Räumlichkeit des Daseins erstreckt sich als Weltlichkeit, da der Mensch den Anwesenden Bedeutsamkeiten und Verweisungszusammenhänge zuschreibt. „Die *Weltlichkeit* der Welt konstituiert sich aus den Verweisungszusammenhängen des Sich-zeigenden; und zu diesen Verweisungszusammenhängen gehört auch die Räumlichkeit, der eingeräumte Raum.“¹³⁷ In der Weltlichkeit, oder der Räumlichkeit der Menschen, fließt die Räumlichkeit als Kategorial des Vorhandenen in Verweisungszusammenhänge für den Menschen ein. Die Weltlichkeit bildet somit ein Existenzial aus der Räumlichkeit mit den Bedeutsamkeiten und Verweisungszusammenhängen für das Dasein: „Weltlichkeit‘ ist ein ontologischer Begriff und meint die Struktur eines konstitutiven Momentes des In-der-Welt-seins. Dieses aber kennen wir als existenziale Bestimmung des Daseins. Weltlichkeit ist demnach selbst ein Existenzial.“¹³⁸

Zeitlichkeit

Das Individuum steht stets in Beziehung mit der Vergangenheit, existiert in der Gegenwart und orientiert sich an der Zukunft. Aus der Vergangenheit nimmt man Traditionen sowie Erinnerungen mit. In die Zukunft trägt man Hoffnungen und Erwartungen. „Die ‚Zeit‘ ist, und zwar im Horizont des vulgären Zeitverständnisses, gleichsam ‚von selbst‘ in diese ‚selbstverständliche‘ ontologische Funktion geraten und hat sich bis heute darin gehalten.“¹³⁹ Die Zeit erfährt nach Heidegger einen vulgären Zeitbegriff, welcher sich von der Historie abhebt: „Historie aber – genauer Historizität – ist als Seinsart des fragenden Daseins nur möglich, weil es im Grunde seines Seins durch die

136 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 244.

137 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 221.

138 Heidegger, *Sein und Zeit*, 64.

139 Ebd. 18.

Geschichtlichkeit bestimmt ist.“¹⁴⁰ Heidegger möchte verdeutlichen, dass der vulgäre Zeitbegriff in der Alltäglichkeit leicht erfahren werden kann. Die Historizität ist jedoch schwieriger zu fassen. „Das Fehlen von Historie ist kein Beweis *gegen* die Geschichtlichkeit des Daseins, sondern als defizienter Modus dieser Seinsverfassung Beweis dafür.“¹⁴¹ Wenn dem Dasein nicht bewusst ist, auf welche Vergangenheit es sich bezieht, könnte dies als ein defizienter Modus verstanden werden. Die eigene fehlende Vergangenheit beschreibt die fehlende Historizität. Eine gute Beziehung zur Vergangenheit gilt demnach als Orientierung des Daseins. „„Zeitlich‘ besagt hier jeweils soviel wie ‚in der Zeit‘ seiend, eine Bestimmung, die freilich auch noch dunkel genug ist. Das Faktum besteht: Zeit, im Sinne von ‚in der Zeit sein‘, fungiert als Kriterium der Scheidung von Seinsregionen.“¹⁴²

Heidegger stellt dem eindimensionalen naturwissenschaftlichen Zeitdenken, welches durch sein fortlaufendes Nacheinander Messbarkeit ermöglicht, das ursprüngliche dreidimensionale Verständnis von Zeit. Die drei Dimensionen, welche gleichursprünglich sind, laufen gleichzeitig nebeneinander her. Das ursprüngliche Verhältnis zur Zeit drückt sich im Heute, Gestern und Morgen aus. Die drei Dimensionen bilden somit die Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft.¹⁴³ Dasein steht daher gleichzeitig im Verhältnis zur Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft.

Im Ausstehen der drei zeitlichen Dimensionen vollzieht sich das Sich-einräumen des Menschen in die Bezüge zu den sich ihm von nah und von fern her zeigenden Gegebenheiten seiner Welt. Indem sich aber der Mensch in die Beziehungen zu den in sein Offenständigsein hinein zum Vorschein kommenden Gegebenheiten einräumt, zeitigt sich sein Existieren.¹⁴⁴

Boss betont, dass die räumliche Dimension gleichzeitig mit der zeitlichen Dimension durch die Offenständigkeit des Menschen in Beziehung steht. Die Existenz des Daseins steht immer schon zeitlich in einem Verhältnis zu den drei zeitlichen Dimensionen. Dasein ist offen gegenüber dem Räumlichen und dem Zeitlichen. Es steht gleichzeitig in Bezug zum Räumlichen, Vergangenen, Gegenwärtigen und Zukünftigen, jedoch kann die Gewichtung variieren. Das Dasein ist nicht immer für alle Dimensionen der Zeit gleichermaßen offen: „Bald ist die eine, bald die andere Dimension maßgebend, so daß wir uns mehr in sie als in die beiden anderen eingelassen haben. Vielleicht kann man sogar in der einen oder anderen dieser drei Dimensionen gefangengehalten werden.“¹⁴⁵ So kann es beispielsweise sein, dass jemand übermäßig von der Zukunft eingenommen wird und jemand anders, wie beispielsweise ein alter Menschen wieder seine Vergangenheit sehr

140 Heidegger, *Sein und Zeit*, 20.

141 Ebd. 20.

142 Ebd. 18.

143 Vgl. Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 255.

144 Ebd. 270.

145 Ebd. 270.

präsent haben kann. Heidegger beschreibt das Verhältnis zu den drei zeitlichen Dimensionen als eigentliche oder uneigentliche Zeitlichkeit. Der Zeitlichkeit selbst schreibt er den Sinn der Sorge zu. Zunächst befindet sich das Dasein in einer uneigentlichen Zeitlichkeit und durch die bereits besprochene Angst kann ihm der Sprung zur eigentlichen Zeitlichkeit gelingen. Erst in der eigentlichen Zeitlichkeit befindet sich das Dasein im Vorlaufen zum Tode. Wie Helmuth Vetter Heidegger liest, erstreckt sich das volle Wesen des Daseins erst in seiner eigentlichen Zeitlichkeit. Erst dann gelangt das Dasein zur Geschichtlichkeit.¹⁴⁶ In der eigentlichen Zeitlichkeit wird die Zukunft zum Vorlaufen zum Tod, die Vergangenheit zur Wiederholung und die Gegenwart zum Augenblick. Das Dasein in der eigentlichen Zeitlichkeit steht dadurch in einem bewussten Verhältnis zu den zeitlichen Dimensionen, was die Geschichtlichkeit des Daseins ausmacht.

Was ist jedoch konkret unter der Zeit zu verstehen? Neben dem ständigen Fluss der Zeit schreibt Boss: „Zeit ist das, was sie ist, indem sie vergeht.“¹⁴⁷ Die Zeit ist auf keinen Fall etwas gegenständliches. Die eindimensionale naturwissenschaftliche Zeit ist durch das Ablaufen der Momente messbar. Die Zeit, die Existieren zeitigt, „ist nicht, sie zeitigt sich fortzu im Austrag seiner Existenz.“¹⁴⁸ In welchem Bezug der Mensch zur Zeit steht, bestimmt sein Wesen. Nach Martin Heidegger ist die Zeitlichkeit ein ursprünglich ontologischer Grund für die Existenzialität des Daseins.¹⁴⁹ Das bedeutet, dass der Mensch immer schon in einem zeitlichen Verhältnis zu seiner Welt steht. Medard Boss macht vier Wesenszüge der Zeit aus, mit denen der Mensch in Beziehung stehen kann. „Von praktisch vordringlicherem Interesse ist die Frage nach der *Beziehung des Menschen* zur deusamen, datierten, geweiteten und öffentlichen Zeit.“¹⁵⁰ Unter der deusamen Zeit fällt das „Zeit haben für etwas“ hinein. Datiert zeigt sich der Bezug zur Zeit wie beispielsweise im Nun, oder etwa dem Später. Geweitet beschreibt die Länge einer Zeitspanne und die öffentliche Zeit zeigt an, wer sich ebenfalls diesen Bezug zur Zeit teilt. Je nach Ausrichtung der Beziehung zu den Wesenszügen der Zeit wird das Existieren des Daseins mitbestimmt.

In den Zollikoner Seminaren stellt Martin Heidegger fest: „Wir bleiben vielmehr auf das gerichtet, wofür wir die Zeit haben.“¹⁵¹ Zeit haben bedeutet stets Zeit für etwas zu haben. Zeit ist für etwas reserviert. Wofür Dasein die Zeit hat, darauf ist es auch gerichtet. Dem schenkt es Aufmerksamkeit. Boss unterstreicht wie sehr sich das Zeit-Haben für etwas, auf die Existenz des Daseins auswirkt:

146 Vgl. Vetter, *Grundriss Heidegger*, 63f.

147 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 254.

148 Ebd. 269.

149 Vgl. Heidegger, *Sein und Zeit*, 234.

150 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 261.

151 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 84.

Es verbraucht seine Zeit und erbringt schließlich nach dem einer Existenz entsprechend vollzogenen Gebrauch von ihr das eigene Sterben als Austrag der äußersten, unüberholbaren Daseinsmöglichkeit. Das ‚Haben‘ im Zeithaben ist das eigentlich Zeithafte des Mensch-seins, insofern sich in ihm das zeitigt, was man das In-der-Welt-sein oder den Aufenthalt des Menschen in der Welt nennen kann.“¹⁵²

Wofür das Dasein seine Zeit hat, ist das, womit sich das Dasein beschäftigt. Dasein widmet seine Zeit dem, worauf es gerichtet ist. Daher ist es von Bedeutung, ob das Dasein in einem eigentlichen Bezug zur Zeitlichkeit steht, denn allem, dem ein Dasein seine Zeit widmet, nimmt seine Lebenszeit in Anspruch.

152 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 268.

Müdigkeitsgesellschaft

Byung-Chul Han untersucht Veränderungen der Gesellschaft und deren sichtbaren Auswirkungen im Hinblick auf Erkrankungen, die sich speziell in der Leistungsgesellschaft zeigen. Die Müdigkeitsgesellschaft kann als die leidende Leistungsgesellschaft verstanden werden. Han resultiert aus den leitenden Krankheitsbildern: „Neuronale Erkrankungen wie Depression, Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndrom (ADHS), Borderline-Persönlichkeitsstörung (BPS) oder Burnout-Syndrom (BS) bestimmen die pathologische Landschaft des beginnenden 21. Jahrhunderts.“¹⁵³ Han geht nicht genauer darauf ein, was unter den angeführten Erkrankungen zu verstehen ist, oder wie diese diagnostiziert werden. Die Erkrankungen werden als Zivilisationskrankheiten betrachtet, die so auch von der Gesellschaft wahrgenommen werden. Han verzichtet dabei auf ein tieferes Verständnis der neuronalen oder psychischen Erkrankungen. Für ihn spielen die gesellschaftlichen Mechanismen eine wesentliche Rolle. Er führt Erkrankungen an, die sich in der Gesellschaft zu Beginn des 21. Jahrhunderts vermehrt zeigen und daher für diese Zeit kennzeichnend sind. Hinter diesem eher oberflächlich oder plakativen Ausführungen steckt jedoch ein wesentlicher Gedanke und zwar der, dass der Manifestation von zeitgenössischen Erkrankungen wie der Depression, dem ADHS, der BPS oder dem BS eine Veränderung der Gesellschaft zugrunde liegen muss. Han ortet in dieser Veränderung ein Übermaß an Positivität. Es handelt sich, Han zufolge, bei diesen manifesten Erkrankungen um „Infarkte, die nicht durch die *Negativität* des immunologisch Anderen, sondern durch ein Übermaß an *Positivität* bedingt sind. So entziehen sie sich jeder immunologischen Technik, die darauf angelegt ist, die Negativität des Fremden abzuwehren.“¹⁵⁴ Was genau Han hinter den Begriffen der Positivität oder der Negativität im Hinblick auf die Gesellschaft versteht, gilt es zu erörtern. Es zeichnet sich für Han eine Bewegung ab, die für die Veränderung der Gesellschaft beschreibend ist. Zu Beginn des 21. Jahrhunderts tritt nach Han die Positivität auf. Dieser Beobachtung liegt zugrunde, dass der Mensch seit jeher mit Äußerlichem konfrontiert ist. In der Positivität wirkt alles, was die Menschen konfrontiert, auf diese ein. Davor konnte durch Negativität Fremdes abgewehrt werden. Durch Positivität verschwindet die Abwehrreaktion, da nichts Fremdes mehr als Fremdes erkannt wird, sondern Eindrücke, oder das was den Menschen anspricht, nivelliert wird zu einem bereits vorhandenen. Die Eindrücke werden nicht mehr wie in der Negativität als etwas Fremdes, oder Anderes erkannt, sondern treten in der Positivität als etwas Gleiches und bereits Vertrautes auf. Das führt dazu, dass eine Abgrenzung von den Dingen, die uns ansprechen, nicht mehr auf die selbe Weise funktionieren kann, wie das in der

¹⁵³ Han Byung-Chul, *Müdigkeitsgesellschaft. Burnoutgesellschaft. Hoch-Zeit*, 1. Auflage, Berlin 2016, 7.

¹⁵⁴ Ebd. 7.

Disziplinalgesellschaft der Fall gewesen ist. Nach Han scheint es schwer zu sein, sich von den Dingen, die uns als Vertraute begegnen, abzugrenzen.

Zu klären ist die Frage, was für ein Bild der von Han beobachteten Gesellschaft zu Beginn des 21. Jahrhunderts vorausgeht. Die aktuelle Problematik von Han, welche sich durch die neuronalen Erkrankungen zeigt, zeichnet sich in der Leistungsgesellschaft ab. Zu Beginn des 21. Jahrhunderts findet Han die Leistungsgesellschaft vor, welcher die Disziplinalgesellschaft vorausgegangen ist. Han definiert den Begriff der Leistungsgesellschaft nicht und lässt diesen offen. Daher wird das Verständnis der Begriffe von Leistungs- und auch Disziplinalgesellschaft in je eigenen Kapiteln erarbeitet. Um das Weltbild von Han im Hinblick auf die Müdigkeitsgesellschaft besser verstehen zu können, wird nachfolgend auf die Mechanismen eingegangen, welche Han bereits in der Disziplinalgesellschaft ausmacht.

Disziplinalgesellschaft

Die Disziplinalgesellschaft als eine Gesellschaft, die von Überwachen und Disziplinieren gekennzeichnet ist, bezeichnet ein Konzept, welches auf Michel Foucault zurückgeht. Die Disziplinalgesellschaft wird vom Verbot bestimmt. Dabei bringt die Gesellschaft Regeln und Normen hervor, an die sich das Individuum halten muss. Überwacht wird das Individuum durch Institutionen und Machtstrukturen. In Benthams Panopticon erkennt Foucault ein Funktionsmodell, dass sich auf die gesamte Gesellschaft anwenden lässt und wie Klaus-Michael Bogdal im Foucault-Handbuch schreibt, bemerkt Foucault, wie sich dieses Machtsystem im 19. Jahrhundert durch die Gesellschaft zieht, was schließlich in der Disziplinalgesellschaft mündet. Bogdal unterstreicht, dass die Disziplin für Foucault „weit mehr als ein Habitus [ist]. Sie ist ein komplexes Beziehungsgeflecht zwischen Subjekten, Wissen, Praktiken und Dingen.“¹⁵⁵ Das Geflecht wird von Foucault als ein eigener Typ von Macht beschrieben:

Die ‚Disziplin‘ kann weder mit einer Institution noch mit einem Apparat identifiziert werden. Sie ist ein Typ von Macht; eine Modalität der Ausübung von Gewalt; ein Komplex von Instrumenten, Techniken, Prozeduren, Einsatzebenen, Zielscheiben; sie ist eine ‚Physik‘ oder eine ‚Anatomie‘ der Macht, eine Technologie.¹⁵⁶

Die Disziplinalgesellschaft ist von einer Machtstruktur durchzogen, welche Foucault als eine „Technologie“ bezeichnet. Im Übergang vom 18. ins 19. Jahrhundert wurde dadurch das

¹⁵⁵ Klaus-Michael Bogdal, „Überwachen und Strafen. Entstehungsgeschichte“, in: *Foucault Handbuch. Leben - Werk - Wirkung*, hg. v. Clemens Kammler; Rolf Parr; Ulrich Johannes Schneider, Unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker, Stuttgart 2014, 78.

¹⁵⁶ Michel Foucault, *Überwachen und Strafen. Die Geburt des Gefängnisses*, Frankfurt am Main 1976, 276f.

Individuum „sorgfältig fabriziert“¹⁵⁷, wobei Foucault anschließend betont, dass das Individuum als Teil des Räderwerks des Panopticons dazu selbst auch beiträgt, dass diese Maschinerie in Gang gehalten wird. Im Gefängnis, als Einrichtung, sieht Foucault in den 1970er Jahren die Disziplinierung institutionell von der Normalisierung, dem Überwachen und dem Strafen beispielhaft verwirklicht.¹⁵⁸ Die Technologie der Disziplinierung findet jedoch in allen Institutionen Einzug. Vom Arbeitsplatz und der Schule bis zur Familie. Die Disziplargesellschaft Foucaults beschreibt nach Ulrich Brieler eine Formierung der Körper und „geht der Industriegesellschaft voraus und in sie über. Sie ist ein Inkubator der Arbeitsdisziplin.“¹⁵⁹ Damit geht eine neue Werteordnung einher, die das Individuum in der Disziplargesellschaft prägt. „Das moderne Individuum ist sowohl Selbstbewusstsein wie Funktionsträger gesellschaftlicher Werte, es ist einzeln frei und zugleich als bloß Vereinzelter fest an Regeln gebunden.“¹⁶⁰ Auffällig ist die Hervorhebung des Individuums als Individuum, welches vereinzelt ist. Die Werte erstrecken sich jedoch über das Individuum hinaus. Das Individuum ist durch die Vereinzelung auf sich selbst zurückgeworfen, jedoch greifen bei diesem Gedanken gesellschaftliche Regeln nach dem Individuum. Die Macht der Disziplargesellschaft äußert sich in einer individualisierenden Macht. Hannelore Bublitz betont, dass für die Disziplargesellschaft kennzeichnend ist, dass sie „auf der Umformung der Individuen und ihre Anpassung an normative Vorgaben beruht.“¹⁶¹ Dabei eröffnet sich der Gedanke, dass es in der Disziplargesellschaft wichtig sei, wie man sich zu verhalten habe. Die normativen Vorgaben sind dabei nicht gleichzusetzen mit den unzähligen Normen, die durch die Technologisierung in der Leistungsgesellschaft aufgekommen sind. Die normativen Vorgaben in der Disziplargesellschaft geben dem Individuum vor, was es machen soll und was es nicht machen darf. Han hält fest: „Die Disziplargesellschaft ist eine Gesellschaft der Negativität. Sie wird bestimmt von der Negativität des Verbots.“¹⁶² Die Negativität äußert sich als eine auferlegte Verhaltensweise, die dem Individuum von außen auferlegt wird. Verhaltensweisen werden dem Einzelnen der Gesellschaft in der Disziplargesellschaft somit von außen aufgedrängt. „Das negative Modalverb das sie beherrscht, ist Nicht-Dürfen. Auch dem Sollen haftet eine Negativität, die des Zwangs, an.“¹⁶³ Daraus resultiert, dass das Individuum auf der einen Seite bestimmte Verhaltensweisen nicht nachgehen dürfe und auf der anderen Seite durch das Sollen erwünschtes

157 Foucault, *Überwachen und Strafen*, 279.

158 Vgl. Bogdal, *Foucault Handbuch*, 79.

159 Ulrich Brieler, „Karl Marx“, in: *Foucault Handbuch. Leben - Werk - Wirkung*, hg. v. Clemens Kammler; Rolf Parr; Ulrich Johannes Schneider, Unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker, Stuttgart 2014, 192.

160 Ulrich Johannes Schneider, „Aufklärung“, in: *Foucault Handbuch. Leben - Werk - Wirkung*, hg. v. Clemens Kammler; Rolf Parr; Ulrich Johannes Schneider, Unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker, Stuttgart 2014, 259.

161 Hannelore Bublitz, „Macht“, in: *Foucault Handbuch. Leben - Werk - Wirkung*, hg. v. Clemens Kammler; Rolf Parr; Ulrich Johannes Schneider, Unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker, Stuttgart 2014, 317.

162 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 20.

163 Ebd. 20.

Verhalten vorgezeichnet werde. Die Möglichkeiten an Verhaltensweisen des Individuums werden gelenkt und beschränkt. Individuen der Gesellschaft sollen sich daher vorgegebene Verhaltensweisen aneignen und durch dem Folgen des vorgegebenen Sollen entsprechen sie einem vermeintlich erstrebenswerten Ideal.

Foucaults Disziplinargesellschaft aus Spitälern, Irrenhäusern, Gefängnissen, Kasernen und Fabriken ist nicht mehr die Gesellschaft von heute. An ihrer Stelle ist längst eine ganz andere Gesellschaft getreten, nämlich eine Gesellschaft aus Fitnessstudios, Bürotürmen, Banken, Flughäfen, Shopping Malls und Genlabors. Die Gesellschaft des 21. Jahrhunderts ist nicht mehr die Disziplinargesellschaft, sondern eine Leistungsgesellschaft.¹⁶⁴

Han bemerkt zwar, dass die Gesellschaft nach wie vor bestimmten Mechanismen folgt, diese jedoch auf eine ganz andere Weise funktionieren. Die Disziplinargesellschaft wurde in ihren Möglichkeiten, in ihrem Verhalten überwacht und diszipliniert. Abweichendes Verhalten wurde nicht geduldet und sanktioniert. Ganz anders funktionieren die Wirkmechanismen der Institutionen in der Leistungsgesellschaft.

Leistungsgesellschaft

Die Leistungsgesellschaft könnte auf den ersten Blick in der Wirkungsweise konträr zur Disziplinargesellschaft funktionieren: „Die Leistungsgesellschaft entledigt sich immer mehr der Negativität. Gerade die zunehmende Deregulierung schafft sie ab. Das entgrenzte Können ist das positive Modalverb der Leistungsgesellschaft.“¹⁶⁵ Die von außen einwirkenden disziplinierenden Mechanismen fallen weg und dem Können sind somit keine Grenzen gesetzt. Genau so verliert in der Leistungsgesellschaft das Nicht-Dürfen, und somit das Verbot, an Bedeutung. Durch das Wegfallen dieser Regulierungen verschwindet das Negative. „An die Stelle von Verbot, Gebot oder Gesetz treten Projekt, Initiative und Motivation.“¹⁶⁶ Der Handlungsspielraum in der Leistungsgesellschaft scheint sich zu öffnen. Es gilt festzuhalten, dass die Mitglieder der Leistungsgesellschaft dennoch diszipliniert bleiben. Die Mechanismen der Disziplinargesellschaft wirken nicht mehr im selben Ausmaß von außen auf das Individuum ein, sondern hat das Individuum bereits verinnerlicht. Der Leistungsgesellschaft sind kaum Grenzen gesetzt. Es scheint jedes Mittel recht zu sein, um das Können zu verwirklichen. Auf die Mitglieder der Leistungsgesellschaft drängt sich eine neue Verantwortung auf: „Sie sind Unternehmer ihrer selbst.“¹⁶⁷ Die verschwindende Disziplinierung von außen überlässt dem Individuum der

¹⁶⁴ Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 17.

¹⁶⁵ Ebd. 20.

¹⁶⁶ Ebd. 20.

¹⁶⁷ Ebd. 20.

Leistungsgesellschaft mehr Möglichkeiten. „Das spätmoderne Leistungssubjekt geht keiner Pflichtarbeit nach. Nicht Gehorsam, Gesetz und Pflichterfüllung, sondern Freiheit und Freiwilligkeit bilden seine Maxime.“¹⁶⁸ Dabei gilt es festzuhalten, dass der Gehorsam, die Gesetze und die Pflichterfüllung nicht mehr von den äußeren Institutionen aufgedrängt werden. Die Institutionen lassen Freiheit und Freiwilligkeit zu. Die Freiwilligkeit lässt sich an Fitnessstudios erkennen. Der Besuch erfolgt freiwillig. Es obliegt dem Leistungssubjekt sich in seiner Freiheit und seinen Möglichkeiten zu entfalten. Die Freiwilligkeit sowie Freiheit werden bisher bewusst neutral verwendet. Angemerkt sei vorerst nur, dass die Freiheit, unter Umständen, durchaus ihren wünschenswerten Charakter verlieren kann. Dies wird jedoch erst im weiteren Verlauf der Untersuchung aufgegriffen. Durch die Eröffnung von Freiwilligkeit und Freiheit in der Leistungsgesellschaft und dem Verschwinden des Nicht-Dürfens und somit den offensichtlichen Zwängen in der Disziplinargesellschaft, verändert sich auch das Verhältnis zur Arbeit. „Von der Arbeit erwartet es vor allem Lustgewinn. Es handelt auch nicht auf das Geheiß des Anderen hin. Vielmehr hört es vor allem auf sich selbst. Es hat ja ein Unternehmen seiner selbst zu sein. So entledigt es sich der Negativität des gebietenden Anderen.“¹⁶⁹ Dem Ideal nach dem sich die Menschen der Leistungsgesellschaft richten möchten, kommt aus deren Inneren. Frei von äußeren Zwängen folgt das Individuum seinen eigenen Vorstellungen. Diesem Mechanismus der Leistungsgesellschaft haftet die verhängnisvolle Komponente der Orientierung nach Leistung an. „Die Leistungsgesellschaft als Aktivgesellschaft entwickelt sich langsam zu einer Dopinggesellschaft. Inzwischen wird auch der negative Ausdruck ‚Hirndoping‘ durch ‚Neuro-Enhancement‘ ersetzt.“¹⁷⁰ In der Leistungsgesellschaft ist es für jeden Einzelnen wichtig, seine Leistung voranzutreiben. Das aktive, aufnahmefähige und konzentrierte Leben steht dabei an erster Stelle. Mittel und Wege zum Erreichen der eigenen Ziele bleiben einem jeden selber überlassen. „Inzwischen argumentieren auch seriöse Wissenschaftler, dass es gerade unverantwortlich sei, solche Substanzen nicht anzuwenden. Ein Chirurg, der mithilfe der Neuro-Enhancer konzentrierter operieren könne, mache weniger Fehler und könne mehr Leben retten.“¹⁷¹ Durch einen fairen Zugang könnten diese Substanzen auch für die Allgemeinheit verfügbar sein, schreibt Han anschließend. Dies würde auch einen Wettbewerb der pharmazeutischen Unternehmen nach sich ziehen.

Mit dem Wegfall des äußeren Drucks durch die Institutionen erfahren die Mitglieder der Leistungsgesellschaft Freiheit. „Das Leistungssubjekt [...] ist nur sich selbst unterworfen. Der

168 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 68.

169 Ebd. 68.

170 Ebd. 56.

171 Ebd. 56.

Wegfall der äußeren Herrschaftsinstanz beseitigt jedoch die Zwangsstruktur nicht. Er lässt Freiheit und Zwang in eins fallen.“¹⁷² Unter diesem Zwang sind jedoch keineswegs die Mechanismen der Disziplargesellschaft zu verstehen. Die Struktur des Zwangs der Leistungsgesellschaft ist von einer anderen Art. Mit der Freiheit macht sich ein neuer Zwang breit, der vom Individuum selbst ausgeht und sich dieses dadurch selbst ausbeutet. An dieser Stelle wird klar, dass der Freiheit keine positive oder wünschenswerte Konnotation zugeschrieben werden muss. Hinter der Freiheit lässt sich eine verdeckte Struktur des Zwangs ausmachen. Auf diese Weise wird es möglich, das Zusammenfallen von Freiheit und Zwang in eines zu denken. Han schreibt im Zusammenhang mit dem Auftreten neuer Zwänge von der „Gratifikationskrise“, welche vor allem durch den fehlenden Bezug zum Anderen hervortritt. Siegrist und Dragano beschreiben die Gratifikationskrise dagegen damit, dass sich die „Tauschbeziehung zwischen Leistung und Belohnung“ in Schieflage befinde. Ihrer Auffassung nach stehen in der Gratifikationskrise der „hohen Verausgabung keine angemessenen Belohnungen“¹⁷³ gegenüber. „Der Leistungszwang nötigt es dazu, immer mehr Leistung hervorzubringen. So kommt es nie zu einem ruhenden Punkt der Gratifikation.“¹⁷⁴ Das Problem der Gratifikation könnte somit, bezogen auf die Überlegungen der Leistungsgesellschaft bei Han, so ausgelegt werden, dass die entsprechende Belohnung ausfällt, da das Individuum ständig in Versuchung ist, mehr zu leisten. Wird die Gratifikation als freiwillige Leistung eines Unternehmens angesehen, nimmt die Diskussion über eine fehlende Anerkennung aus Sicht des Dienstnehmers womöglich ohnehin andere Züge an. Der Selbstzwang entspringt der vermeintlichen Freiheit. „Ab einem bestimmten Produktionsniveau ist die Selbstaussbeutung wesentlich effizienter, [...] als die Fremdaussbeutung, weil sie mit dem Gefühl der Freiheit einhergeht.“¹⁷⁵ Die Entwicklung der Selbstaussbeutung verknüpft Han mit den kapitalistischen Produktionsverhältnissen. „Die Leistungsgesellschaft ist eine Gesellschaft der Selbstaussbeutung.“¹⁷⁶ Der Mechanismus hinter der Leistungsgesellschaft ist der, dass das Individuum mit sich selbst konkurriert. Nach Han liegt diesem Mechanismus ein Gefühl von Mangel und Schuld zugrunde. „Da es letzten Endes mit sich konkurriert, versucht es sich selbst zu überholen, bis es zusammenbricht.“¹⁷⁷ Dieses Ende deutet auf das Burnout hin. Mit der vermeintlichen Freiheit und der Deregulierung werden die Verbote der Disziplargesellschaft abgebaut. „Die Disziplargesellschaft ist noch vom *Nein* beherrscht. Ihre Negativität erzeugt Verrückte und Verbrecher. Die Leistungsgesellschaft bringt dagegen Depressive

172 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 85.

173 Johannes Siegrist, Nico Dragano, „Psychosoziale Belastungen und Erkrankungsrisiken im Erwerbsleben“, in: *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, Band 51, 2008, 306.

174 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 70.

175 Ebd. 81f.

176 Ebd. 82.

177 Ebd. 70.

und Versager hervor.“¹⁷⁸ Damit zeigt Han deutlich auf, was Individuen zu erwarten haben, wenn sie nicht dem gängigen Ideal entsprechen. Wer sich in der Disziplingesellschaft nicht an die Regeln hält, wird durch Regelverstöße zum Verbrecher oder Verrückten. In der Leistungsgesellschaft geht es darum, selbst für sich verantwortlich zu sein und besser zu werden. Dabei gleicht der Mensch einer Leistungsmaschine, „die störungsfrei zu funktionieren und ihre Leistung zu maximieren hat“¹⁷⁹ Begleitet wird das Individuum von Schuldgefühlen. Kann die Leistung nicht gesteigert werden, droht nach Han das Gefühl des Versagens und die Depression.

Han verdeutlicht die Orientierung der Individuen in der jeweiligen Gesellschaft: „Das Leistungssubjekt *entwirft sich* auf das Ideal-Ich hin, während das Gehorsamssubjekt *sich* dem Über-Ich *unterwirft*.“¹⁸⁰ Das Über-Ich sieht Han als das Ideal an, das von der Disziplingesellschaft durch die Institutionen durchgesetzt und aufrechterhalten wird. Das Über-Ich wirkt durch seine Verbote. „Im Übergang von der Disziplingesellschaft zur Leistungsgesellschaft positiviert sich das Über-Ich zum *Ideal-Ich*.“¹⁸¹ Während die Disziplingesellschaft, nach Han, durch die Negativität bestimmt wird, verschwindet diese Negativität in der Leistungsgesellschaft. So wie sich das Über-Ich zum Ideal-Ich positiviert, betont Han die Positivität in der Leistungsgesellschaft. „Vom Über-Ich geht ein negativer Zwang aus. Dagegen übt das Ideal-Ich einen positiven Zwang auf das Ich aus.“¹⁸² Während die des Über-Ichs als eine Einschränkung zu verstehen ist, tritt das Sich-Entwerfen auf das Ideal-Ich als vermeintliche Freiheit auf. Kritisch festzuhalten ist, dass das Ideal-Ich nichts ist, dass sich ein Subjekt der Leistungsgesellschaft bloß für sich selber entwickelt, sondern wird dieser Prozess von außen mit befeuert. Genau so wie sich die Freiheit als eine vermeintliche Freiheit entpuppte, schwingt im Ideal-Ich der Zwang der Leistungssteigerung von außen mit. Somit kann das Ideal-Ich verdeckt bereits einen nicht zu realisierbaren Anspruch haben. Für Han entsteht die Problematik der Leitkrankheiten des späteren 21. Jahrhunderts darin, wenn das Ideal-Ich für das Real-Ich nicht erreichbar ist. „Aus der Kluft zwischen dem realen Ich und dem Ideal-Ich entsteht dann eine Autoaggressivität.“¹⁸³ Diese zeigt sich in einer aggressiven Haltung des Menschen gegen sich selbst. Dabei muss diese Aggressivität nicht bewusst auftreten und sich auch nicht offen zeigen. Beispielhaft dafür kann Aggressivität im Ausleben des Sports sein. Han führt jedoch kein aggressives Verhalten gegenüber Mitmenschen auf. Durch die Ausführung von Han liegt nahe, dass sich dieses aggressive Verhalten eines Menschen in der Leistungsgesellschaft gegen sich selbst richtet. Dieses Verhalten bezeichnet Han vermutlich deswegen als autoaggressiv, da sich das

178 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 20.

179 Ebd. 57.

180 Ebd. 82.

181 Ebd. 70.

182 Ebd. 82.

183 Ebd. 82.

Individuum Anstelle des Fremdzwangs aggressiv gegen sich selbst verhält. Han schreibt, dass es letzten Endes zu einem psychischen Kollaps kommen kann, den das Individuum erleidet. „So weisen die psychischen Erkrankungen wie Burnout oder Depression, die Leitkrankheiten des 21. Jahrhunderts, allesamt autoaggressive Züge auf. Man tut sich selbst Gewalt an und beutet sich selbst aus.“¹⁸⁴ Han verweist diesbezüglich auf das Projekt hin. Das Individuum in der Leistungsgesellschaft wird zum Projekt seiner selbst. Das Individuum als Projekt konzentriert sich darauf, dass es seine Leistung steigern möchte. Die Steigerung der Leistung kann jedoch die Ressourcen des Individuums übersteigen und verheerende Folgen nach sich ziehen.

Han unterscheidet in der Orientierung zum Ich, dass sich in der Disziplinalgesellschaft das Ich dem Über-Ich unterwirft und in der Leistungsgesellschaft das Ich dem Ideal-Ich entwirft. Damit hebt Han hervor, dass sich das Ich in der Disziplinalgesellschaft durch das Unterwerfen dem Über-Ich anpasst, während das Ideal-Ich vom Ich in der Leistungsgesellschaft selbst entworfen wird. Han beobachtet dabei eine Differenz: „Unterwerfung und Entwurf sind zwei unterschiedliche Daseinsmodi.“¹⁸⁵ Sowohl das Über-Ich als auch das Ideal-Ich erscheinen von den jeweiligen Individuen in der jeweiligen Gesellschaft wünschenswert und erstrebenswert. In der Disziplinalgesellschaft wird dem Subjekt von außen her ein erstrebenswertes Ideal entworfen, dem sich das Subjekt annimmt und sich dabei unterwirft. In der Leistungsgesellschaft hingegen versucht das Subjekt sich sein eigenes Ideal selbst zu entwerfen. Dabei dürfte für Han nicht außer Frage stehen, dass zwar der Entwurf des Ideals dennoch durch den Hintergrund der Leistungssteigerung von der Gesellschaft vorgezeichnet wird. Im Folgenden wird sich zeigen, wie das Entwerfen eines Ideal-Ichs vom Subjekt in der Leistungsgesellschaft dennoch von einem Zwang durchzogen wird. Han geht es an dieser Stelle darum, auf die unterschiedlichen Daseinsmodi der Individuen bezüglich ihrer Ideale hinzuweisen. Der Modus des Entwerfens des Ideal-Ichs verweist sehr stark auf die Philosophie Heideggers und betont die eigenständige Tätigkeit des Leistungssubjekts, während das sich dem Über-Ich unterwerfende Subjekt in der Disziplinalgesellschaft in seiner Aktivität durch den Zwang stark eingeschränkt wird.

So wie die Disziplinalgesellschaft wurde nun auch die Leistungsgesellschaft auf Grundlage von Byung-Chul Hans Werk erarbeitet. Das Ziel der Vorstellung der Begriffe dient der Entwicklung von einem Verständnis, wie diese Begriffe von Han gebraucht werden könnten. Beide Begriffe erfahren keine tiefgreifende Definition und bleiben eher vage und offen. Es wird hierbei bewusst vermieden, die Begriffe, die Han für die Beschreibung der Müdigkeitsgesellschaft verwendet, mit einer einschränkenden Sichtweise zu beladen.

¹⁸⁴ Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 83.

¹⁸⁵ Ebd. 80.

Leistungssubjekt

Han entwickelt den Gedanken, dass das Individuum in der Leistungsgesellschaft nicht mehr als Subjekt zu bezeichnen ist. Dennoch verwendet er den Begriff in seinen weiteren Ausführungen. Die Unterworfenheit des Subjekts aus der Disziplinargesellschaft verschwindet in der Leistungsgesellschaft. Wie Han festhält, bleibt aber dennoch ein Zwang aufrecht:

Das spätmoderne Leistungssubjekt ist niemandem unterworfen. Es ist eigentlich kein Subjekt mehr, denn dieses zeichnet sich durch Unterworfenheit (*subject to, sujet à*) aus. Es positiviert sich, ja befreit sich nun zu einem Projekt. Der Wandel vom Subjekt zum Projekt bringt Zwänge jedoch nicht zum Verschwinden. An die Stelle des Fremdzwanges tritt ein Selbstzwang, der sich als Freiheit gibt.¹⁸⁶

An die Stelle des Fremdzwangs der Disziplinargesellschaft in Form des Über-Ichs, tritt der Selbstzwang des Ideal-Ichs. Der Selbstzwang gibt sich als vermeintliche Freiheit, weshalb Han betont, dass das Individuum der Leistungsgesellschaft nicht mehr dieser Unterworfenheit ausgesetzt ist, wie das in der Disziplinargesellschaft vorzufinden ist.

Ist das Individuum dem Über-Ich nicht mehr unterworfen und strebt in seiner Freiheit nach seinem eigenen Ideal, könnte die Freiheit allgemein wieder in einem wünschenswerten Licht erscheinen. Han führt bei diesem Gedanken jedoch den Begriff der Souveränität ein. Dabei wird von Interesse, wie sich diese vermeintliche Freiheit auf die Souveränität des Individuums auswirkt. „Dem neuen Menschentyp, der dem Übermaß an Positivität wehrlos ausgeliefert ist, fehlt jede Souveränität.“¹⁸⁷ Der Begriff der Souveränität dürfte von Han an dieser Stelle in dem Sinne verwendet werden, als dass der Mensch der Leistungsgesellschaft nicht zu selbstbestimmten oder unabhängigen Handeln fähig ist. „Der depressive Mensch ist jenes *animal laborans*, das sich selbst ausbeutet, und zwar freiwillig, ohne Fremdzwänge. Es ist Täter und Opfer zugleich.“¹⁸⁸ Auf den depressiven Menschen und das *animal laborans* wird in weiterer Folge noch eingegangen. Hervorzuheben ist an dieser Stelle, dass das Individuum der Leistungsgesellschaft, welches dem Übermaß an Positivität ausgesetzt ist, sich freiwillig selbst ausbeutet. Deshalb schreibt Han den Menschen in der Leistungsgesellschaft die Souveränität ab. Die Selbstbestimmung leidet darunter, dass das Individuum in der Leistungsgesellschaft sowohl Täter, als auch Opfer ist. An einer anderen Stelle heißt es wiederum: „Das Leistungssubjekt ist frei von äußerer Herrschaftsinstanz, die es zur Arbeit zwingen oder gar ausbeuten würden. Es ist Herr und Souverän seiner selbst. So ist es niemandem bzw. nur sich selbst unterworfen.“¹⁸⁹ Han beschreibt das Individuum der

¹⁸⁶ Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 82.

¹⁸⁷ Ebd. 23.

¹⁸⁸ Ebd. 23.

¹⁸⁹ Ebd. 24.

Leistungsgesellschaft als Souverän seiner selbst. Die Souveränität schreibt er ihm jedoch ab. In seiner vermeintlichen Freiheit gelingt es dem Individuum der Leistungsgesellschaft nicht, souverän zu handeln, da es dazu neigt, sich selbst auszubeuten. Die Problematik lässt sich in Hans Wortwahl finden. So schreibt er weiterhin vom Leistungssubjekt und betont, dass es der Souverän seiner selbst ist. Das Individuum hat in der Entwicklung vom Gehorsamssubjekt der Disziplinargesellschaft das Subjekt zu einem Projekt gemacht, dass sich aus der fremden Unterworfenheit befreit. Die Souveränität kann dem Individuum der Leistungsgesellschaft deshalb abgesprochen werden, da es sich freiwillig selbst ausbeutet. Die Selbstausbeutung unterliegt jedoch dem Selbstzwang, weshalb souveränes Verhalten abhanden kommt. „Der Exzess der Arbeit und Leistung verschärft sich zu einer Selbstausbeutung. Diese ist effizienter als die Fremdausbeutung, denn sie geht mit dem Gefühl der Freiheit einher. Der Ausbeutende ist gleichzeitig der Ausgebeutete. Täter und Opfer sind nicht mehr unterscheidbar.“¹⁹⁰ Durch die Hervorhebung des Exzesses der Arbeit und Leistung unterstreicht Han den Druck, der hinter der geglaubten Freiwilligkeit herrscht. Die Freiheit und Freiwilligkeit unterliegt in der Leistungsgesellschaft dem Selbstzwang und geht letztlich vom Individuum selbst aus. „Diese Selbstbezüglichkeit erzeugt eine paradoxe Freiheit, die aufgrund der ihr innewohnenden Zwangsstrukturen in Gewalt umschlägt.“¹⁹¹ Für Han entpuppt sich die Freiheit als eine Gewalt, die vom Individuum ausgeht. Diese Gewalt ist das Moment der Selbstausbeutung, welches sich in der Leistungsgesellschaft als effizient erweist. Dennoch lässt hier Han die Gewalt aus der Selbstbezüglichkeit entstehen und geht nicht auf die Gewalt der Leistungsgesellschaft an sich ein, sondern von der paradoxen Freiheit des Individuums. Han hält fest: „Die psychischen Erkrankungen der Leistungsgesellschaft sind gerade die pathologischen Manifestationen dieser paradoxen Freiheit.“¹⁹² Darüber hinaus greift diese paradoxen Freiheit auf das souveräne Leistungssubjekt ein, dem Han zufolge der entscheidende Bezug des Subjekts als Unterworfenheit und die Souveränität durch den Selbstzwang abgesprochen wird.

Der Selbstzwang fördert die Selbstausbeutung. Ein entscheidender Moment ist jedoch erreicht, wenn die Selbstausbeutung nicht mehr möglich ist. Der Selbstzwang überschreitet die Grenzen der Selbstausbeutung. „Nicht-Mehr-Können führt zu einem destruktiven Selbstvorwurf und zur Autoa[g]gression. Das Leistungssubjekt befindet sich mit sich selbst im Krieg.“¹⁹³ Die Selbstausbeutung wird durch den Zwang weiter getrieben, da durch den Leistungsdruck das Individuum mehr aus sich rausholen muss. Für die Leistungsgesellschaft gilt, dass alles möglich ist.

190 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 24.

191 Ebd. 24f.

192 Ebd. 25.

193 Ebd. 24.

Han bemerkt, dass der Punkt erreicht werden kann, an dem „das Leistungssubjekt nicht mehr *können* kann.“¹⁹⁴ Die Depression ist für Han an dieser Stelle eine Schaffens- und Könnensmüdigkeit, welche von der Sichtweise begleitet wird, dass nichts mehr möglich ist. Wobei grundsätzlich in der Gesellschaft die Doktrin vorherrscht, dass alles möglich sei. „Der Depressive ist der Invalide dieses internalisierten Krieges. Die Depression ist die Erkrankung einer Gesellschaft die unter dem Übermaß an Positivität leidet. Sie spiegelt jene Menschheit wider, die mit sich selbst Krieg führt.“¹⁹⁵ Die Depression wird von Han als ein Resultat innerer Konflikte angesehen. Sie ist eine Könnensmüdigkeit, da das Individuum seinem Ideal-Ich durch Selbstzwang nicht mehr nachkommen kann. Han macht das Übermaß an Positivität dafür verantwortlich, dass das Ideal-Ich der Doktrin gleicht, dass alles möglich sein muss.

Positivität

Byung-Chul Han beobachtet in der Entwicklung von der Disziplinargesellschaft zur Leistungsgesellschaft die Abwendung der Negativität zur Hinwendung der Positivität. „Sie zeichnet sich durch das Verschwinden der *Andersheit und Fremdheit* aus. Die Andersheit ist die Grundkategorie der Immunologie. Jede Immunreaktion ist eine Reaktion auf die Andersheit.“¹⁹⁶ In der Positivität wird das Fremde als gleiches aufgenommen, so dass es keine Andersheit und Fremdheit mehr gibt. Die Negativität in der Disziplinargesellschaft legte Wert auf Abgrenzung. Vor dem Anderen und Fremden fand eine Abgrenzung statt. Han vergleicht diese Reaktion der Abgrenzung mit der Immunreaktion. „Heutzutage aber tritt an die Stelle der Andersheit die *Differenz*, die keine Immunreaktion hervorruft.“¹⁹⁷ Die Differenz erkennt zwar in der Nuance die Andersheit, jedoch haftet diesem keine Fremdheit mehr an. „Die postimmunologische, ja postmoderne Differenz macht nicht mehr krank. Auf der immunologischen Ebene ist sie das Gleiche.“¹⁹⁸ Die Differenz in der Leistungsgesellschaft hat nicht mehr die Bedeutung, die ihr Han früher zugeordnet hat. Die Differenz ist in der Disziplinargesellschaft verordnet und verschwindet mit zunehmender Positivierung. In der Disziplinargesellschaft spielt die Differenz eine wichtige Rolle, um Anderes oder Fremdes wahrnehmen zu können. Durch die Differenz sind die besprochenen immunologischen Antworten möglich. Die Veränderung, welche die Differenz von der Disziplinargesellschaft zur Leistungsgesellschaft erfährt, trifft den „Stachel der Fremdheit, der eine heftige Immunreaktion auslösen würde“¹⁹⁹. Die Differenz in der Leistungsgesellschaft löst

194 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 23.

195 Ebd. 24.

196 Ebd. 9.

197 Ebd. 9.

198 Ebd. 9.

199 Ebd. 9.

keine Immunreaktion mehr aus. „Auch die Fremdheit entschärft sich zu einer Konsumformel. Das Fremde weicht dem Exotischen. Der Tourist bereist es. Der *Tourist* oder der Konsument ist kein *immunologisches Subjekt* mehr.“²⁰⁰ Fremdes wird nicht mehr auf Abstand gehalten, sondern aufgenommen, zum Gleichen, oder gar Exotischen, das bekannt gemacht wird. „Die allgemeine Promiskuität, die heutzutage alle Lebensbereiche erfasst, und das Fehlen der immunologisch wirksamen Andersheit bedingen einander.“²⁰¹ Han erkennt, dass sich das Verhalten von sexueller Freizügigkeit und häufiger Partnerwechsel in der Leistungsgesellschaft in alle Lebensbereiche erstreckt. Womöglich möchte Han dabei aufmerksam machen, dass in der heutigen Gesellschaft vielfältig und abwechslungsreich gelebt wird. Die Verwirklichung des Ideal-Ichs bedeutet, aus festgefahrenen Grenzen ausubrechen und den eigenen Weg zu finden, selbst, wenn dies bedeutet, dass auch Neues ausprobiert werden muss. „Das Übermaß an Positivität äußert sich auch als Übermaß an Reizen, Informationen und Impulsen. Es verändert radikal die Struktur und Ökonomie der Aufmerksamkeit. Dadurch wird die Wahrnehmung fragmentarisiert und zerstreut.“²⁰² Somit wirkt die Positivität einerseits als Angleichung und Aufnahme von allem als früher Abgestoßenem und tritt auch in einem überfordernden Ausmaß an Reizen auf. Die Wahrnehmung kann dieser Reizüberflutung nicht standhalten und wird zerstreut.

Gewalt der Positivität

Die Disziplargesellschaft im immunologischen Zeitalter war von der Negativität gekennzeichnet. „Die Gewalt geht nicht nur von der Negativität, sondern auch von der Positivität aus, nicht nur vom Anderen oder vom Fremden, sondern auch vom *Gleichen*.“²⁰³ Nach Byung-Chul Han lässt sich in der Positivität ebenfalls eine Gewalt erkennen. Dies deutet bereits der Gedanke des Übermaß an Positivität an und genau in diesem „Über-“ macht Han die Gewalt der Positivität aus. Die Gewalt der Positivität lässt sich deshalb nicht leicht erkennen, da sie dem System bereits immanent ist.²⁰⁴ Die Negativität und dessen Gewalt ist deshalb leichter zu erkennen, da sie von außen kommt und als etwas anderes, fremdartiges erkannt wird. Das Fremde oder das Andere wirkte durch seine Negativität auf das Individuum in der Disziplargesellschaft ein. Diese Einwirkung erfordert eine Reaktion. Han spricht vom Grundzug der Immunität bei der Dialektik der Negativität, denn das Einwirken der Negativität durch das Fremde oder Andere führt zu einer Reaktion und diese Reaktion ist nach Han eine negative Antwort auf das negative Einwirken. „Die immunologische Selbstbehauptung des Eigenen vollzieht sich also als Negation der Negation. Das Eigene behauptet

200 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 9.

201 Ebd. 11.

202 Ebd. 26.

203 Ebd. 13.

204 Vgl. Ebd. 17.

sich im Anderen, indem es dessen Negativität negiert.“²⁰⁵ Der Grundzug der Immunität zielt daher auf die Reaktion des Individuums der Disziplinargesellschaft ab. Das Individuum kann sich nur behaupten, wenn es der negativen Einwirkung mit einer Negation kontert. Die negative Reaktion auf ein Einwirken der Negativität bleibt mit dem Wandel der Gesellschaft nicht bestehen. Nach Han erfordert die Leistungsgesellschaft andere Reaktionen von Individuen.

Das Verschwinden der Andersheit bedeutet, dass wir in einer Zeit leben, die arm an Negativität ist. Die neuronalen Erkrankungen des 21. Jahrhunderts folgen zwar ihrerseits einer Dialektik, aber nicht der Dialektik der Negativität, sondern der der Positivität. Sie sind pathologische Zustände, die auf ein *Übermaß an Positivität* zurückzuführen sind.²⁰⁶

Die Gewalt in der Leistungsgesellschaft drückt sich nach Byung-Chul Han durch ein Übermaß von Positivität aus. Es handelt sich bei der Antwort des Individuums in der Leistungsgesellschaft, wie in der Disziplinargesellschaft um eine dialektische Antwort. In der Disziplinargesellschaft konnte das Individuum von der von außen aufgedrängten Negativität mit Negativität antworten, um sich zu behaupten. In der Leistungsgesellschaft erfolgt die Antwort auf die Positivität selbst mit Positivität. Bei diesen Antworten geht es jedoch nicht bloß darum, auf ein Angesprochensein zu reagieren, sondern, wie im Fall der Disziplinargesellschaft, sich zu behaupten. Das Individuum kann sich nur gegen das Andere oder Fremde mit Negativität behaupten. In der Leistungsgesellschaft, wo das Fremde oder Andere in das Gleiche übergeht, funktioniert eine Abgrenzung durch Negativität nicht mehr. Wie Han bereits andeutet, ist ein Übermaß an Positivität vorhanden. Das Individuum kann durch die Positivität überfordert sein und nicht mehr angemessen reagieren. Daraus resultiert Han die These, dass durch das Übermaß an Positivität das Individuum mit pathologischen Zuständen reagiert. Die Problematik an der Positivität liegt darin, dass sie dem System bereits inhärent ist. Gleiches wird nicht als Fremdes oder anderes erkannt und daher wird nicht versucht, es auf Abstand zu halten. „Die Gewalt der Positivität, die von der Überproduktion, Überleistung oder Überkommunikation herrührt, ist nicht mehr ‚viral‘.“²⁰⁷ Daher ist eine immunologische Antwort auf ein Übermaß an Positivität nicht zielführend. Die immunologische Antwort gleicht einer Abwehr. Im Falle der Positivität lässt sich Gleiches nicht leicht abwehren und dennoch muss es irgendwie gelingen, einem Übermaß an Positivität zu entgehen. Han spricht dabei von einer Abstoßung:

205 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 12.

206 Ebd. 12.

207 Ebd. 14.

Die Abstoßung angesichts des Übermaßes an Positivität stellt keine *immunologische Abwehr*, sondern eine *digestiv-neuronale Abreaktion* und *Ablehnung* dar. Erschöpfung, Ermüdung und Erstickung angesichts des *Zuviel* sind ebenfalls keine immunologischen Reaktionen. Sie sind alle Erscheinungen einer *neuronalen* Gewalt, die insofern nicht viral ist, als sie auf kein immunologische Negativität zurückzuführen ist.²⁰⁸

Byung-Chul Han vertritt die Auffassung, dass dem Übermaß an Positivität nicht mit Negativität begegnet werden kann. Der entscheidende Gedanke hierbei ist, dass die Konfrontation mit Positiven nicht abgewehrt, sondern abgelehnt werden kann. Der Begriff „digestiv“, aus der Medizin entnommen, bedeutet so viel wie „die Verdauung betreffend“, während „neuronal“ auf das Nervensystem zielt. Das Individuum kann sich der Positivität nicht verweigern, da diese durch ihr Auftreten als das Gleiche und nicht als Fremdes auftaucht. Das Übermaß an Positivität kann sich somit als ein Zuviel von dem zeigen, mit dem ein Individuum bereits konfrontiert wird. Durch den Begriff der digestiv-neuronalen Abreaktion könnte verstanden werden, dass die Positivität, sowohl digestiv, als auch neuronal dem Individuum begegnet. Wobei es sich digestiv um Dinge handelt, die die Verdauung und daher den physischen Körper betreffen und neuronal die Positivität auf das Nervensystem einwirkt. Byung-Chul Han verwendet die neuronale Komponente in seiner Abreaktion stellvertretend für die Psyche. Die Abreaktion ist eine Antwort auf das Übermaß der Positivität, welches womöglich weiter geht als bloß die Ablehnung. Han könnte dadurch verdeutlichen wollen, dass das Übermaß an Positivität auf individuelle, intensive Ablehnung stößt, die auch als Abreaktion aufgefasst werden kann. Dadurch ergibt sich eine breite Palette an Auswirkungen der Positivität. So schreibt Han von einer Erschöpfung oder Ermüdung als Folge der Abstoßung und letztlich auch von einer bildlich gesprochenen Erstickung. Die Gewalt der Positivität ist letzten Endes nach Han eine neuronale Gewalt. Die Erkrankungen des 21. Jahrhunderts lassen sich daher auf einer neuronalen Ebene festmachen.

Die Gewalt der Leistungsgesellschaft als ein Übermaß an Positivität, als ein Übermaß vom Gleichen, was dem System bereits inhärent ist, bildet eine neue Form der Gewalt. „Die Gewalt der Positivität ist nicht privativ, sondern saturativ, nicht exklusiv, sondern exhaustiv. Deshalb ist sie einer unmittelbaren Wahrnehmung unzugänglich.“²⁰⁹ Saturativ bildet ein Adjektiv, das Han vom lateinischen *saturare* ableitet. Darunter kann im Kontext der Positivität verstanden werden, dass die Positivität in einem Zustand von Zufriedenheit vorherrscht. Die Positivität lässt sich in einer zufriedenen Stimmung der Gesellschaft vorfinden. Die Positivität ist nichts, dass sich abhebt, somit nichts exklusives, wie Han schreibt, dafür jedoch etwas erschöpfendes. Exhaustiv ist die Gewalt der

208 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 14.

209 Ebd. 17.

Positivität, da sie als nicht wahrnehmbares in der Gesellschaft vollständig erschöpfend auf das Individuum einwirken kann. Die Positivität ist dem gesellschaftlichen System immanent.

Sowohl die Depression als auch ADHS oder BS weisen auf ein Übermaß an Positivität hin. Das BS ist ein Durchbrennen des Ich bei Überhitzung, die auf ein *Zuviel des Gleichen* zurückgeht. Das Hyper in der Hyperaktivität ist keine immunologische Kategorie. Es stellt nur eine *Vermassung des Positiven* dar.²¹⁰

Das Burnout-Syndrom, die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung und die Depression resultieren nach Byung-Chul Han aus einem Übermaß von Positivität. Es sind Folgen der Gewalt der Positivität. Die Hyperaktivität scheint beispielhaft dafür zu stehen, dem übermäßigen Angebot von Positivität nachkommen zu wollen. Die Gewalt der Positivität äußert sich somit in einem Übermaß an dem im System bereits Vorhandenen. Die Gewalt ist nicht leicht zu erkennen, lässt sich jedoch in Krankheiten wie der Depression, ADHS oder dem Burnout-Syndrom ausmachen, da nach Han das Übermaß von Positivität in Erschöpfung mündet.

Müdigkeit

Das Individuum in der Leistungsgesellschaft folgt seinem Ideal-Ich. Die Verbote aus der Disziplinargesellschaft gehen zurück. Die Mitglieder der Leistungsgesellschaft erfahren, dass alles möglich ist. Das bedeutet in weiterer Folge, dass auch körperliche Grenzen überschritten werden. „Das Doping ist nur eine *Folge* dieser Entwicklung, in der die *Lebendigkeit* selbst, die ein sehr komplexes Phänomen darstellt, auf die Vitalfunktion und Vitalleistung reduziert wird.“²¹¹ Han verdeutlicht, dass es in der Leistungsgesellschaft unerlässlich sei, seine Leistung bringen zu können. Eine Leistungssteigerung werde vom Individuum angestrebt. Bei dieser Entwicklung werde zwar auf die Gesundheit geachtet, laut Han ist es jedoch wichtig, dass der Körper funktioniere. „Als Kehrseite bringt die Leistungs- und Aktivgesellschaft eine exzessive Müdigkeit und Erschöpfung hervor.“²¹² Diese Kehrseite kann die Folge sein, dass die eigene Gesundheit der Individuen der Leistungsgesellschaft nicht allumfassend beachtet werde. Die Vitalfunktionen und Vitalleistung konzentriert sich demnach auf den physischen Körper. Die psychische Ebene spielt in der Leistungsgesellschaft eine untergeordnete Rolle. „Diese psychischen Zustände sind gerade für eine Welt charakteristisch, die arm an Negativität ist und die dafür von einem Übermaß an Positivität beherrscht ist.“²¹³ Das Übermaß an Positivität besagt, dass keine Grenzen mehr erkannt werden. Auch die eigenen Grenzen werden ignoriert, um sich, im Sinne der Leistungssteigerung, seinem

210 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 18.

211 Ebd. 57.

212 Ebd. 57.

213 Ebd. 57.

Ideal anzupassen und die Leistung zu steigern. Han fährt fort, dass die psychischen Probleme der Individuen der Leistungsgesellschaft „durch ein *Zuviel* an Positivität verursacht [werden]. Der Exzess der Leistungssteigerung führt zum Infarkt der Seele.“²¹⁴ Dadurch untermauert Han die Idee, dass in der Leistungsgesellschaft, das Innere des Individuums durch so viel Positivität selbst nivelliert wird. Was sich im Inneren des Individuums selbst abspielt, findet in der Allgemeinheit wenig Beachtung. Im Vordergrund steht die Verwirklichung des Ideals. Viel wichtiger ist daher, was das Individuum nach außen bringt und damit die zu erbringende Leistung und deren Steigerung. „Die Müdigkeit der Leistungsgesellschaft ist eine Alleinmüdigkeit, die vereinzelt und isolierend wirkt.“²¹⁵ Han deutet mit dieser Aussage darauf hin, dass das Individuum der Leistungsgesellschaft es nicht leicht habe, dem Leistungsdruck nachzukommen und an der Steigerung seiner individuellen Leistung selbst verantwortlich sei. Selbst das Aufrechterhalten eines Leistungsniveaus könnte problematisch sein. Der Druck der Leistungssteigerung fördert Anstrengungen, die womöglich über die Grenzen des Individuums hinaus gehen.

Vereinzelt, entzweigende und heilende Müdigkeit

Han entwickelt seine Gedanken zur Müdigkeit vor dem Hintergrund von Peter Handkes „Versuch über die Müdigkeit“, wobei die bereits erwähnte Ich-Müdigkeit von Handke als die entzweigende Müdigkeit genannt wird. Peter Handke beschreibt in seinem „Versuch über die Müdigkeit“ von einer Kindheitserfahrung, in der er die Müdigkeit erkennt: Während einer Christmette „wurde [er] befallen von der Müdigkeit mit der Wucht eines Leidens.“²¹⁶ Dabei weist Handke darauf hin, dass es sich bei der Müdigkeit um ein Leiden handelt: „So war diese Müdigkeit ein häßliches und bössartiges Leiden“²¹⁷, welches mit einer Wucht wirkt und die Umgebung im Jetzt entstellt. Handke knüpft die Müdigkeit an ein Schuldgefühl an und besetzt sie mit Scham, wobei sie in Verbindung mit der Gesellschaft wirkt: „Wieder einmal versagst du in der Gemeinschaft.“²¹⁸ Für Handke drängt sich der Müdigkeit der Wunsch des „Hinaus! Weg von euch allen hier!“²¹⁹ auf, der von einer Lähmung begleitet wird: „so daß man sich erstarrt bis ins Innerste fühlte zu einer Müdigkeitssäule“²²⁰. Es folgt Schlaflosigkeit mit fatalen Folgen. Sie führt nach Handke dazu, dass die Schlaflosen „das Dasein, beim besten Willen, nur noch als Unglück, jedes Handeln als sinnlos, jede Liebe als lächerlich sehen“²²¹. An dieser Stelle weist Handke auf die Wechselwirkung der

214 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 57.

215 Ebd. 57.

216 Peter Handke, *Versuch über die Müdigkeit*, Frankfurt am Main 1992, 7.

217 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 8.

218 Handke, *Versuch über die Müdigkeit*, 8.

219 Ebd. 11.

220 Ebd. 12.

221 Ebd. 12.

Müdigkeit auf das Weltbild und in weiterer Folge auf das In-der-Welt-sein hin. Handke beschreibt mehrere Erscheinungsformen der Müdigkeit.

Die Müdigkeit in einer Beziehung unter Menschen, überkommt durch ein plötzliches Gefühl der Enge und des Entsetzens, bevor sich das Paar trennt und jeder für sich in seine eigene Müdigkeit fällt. Wobei er den Druck, mit dem die Müdigkeit auf eine Beziehung wirkt, betont.²²² Handke nennt diese Müdigkeit die entzweiende Müdigkeit. Sie könne auch dazu führen, dass nicht mehr gesprochen werden könne. In der Beziehung treten Probleme auf, über die nicht mehr gesprochen werde. Handke schreibt, dass diese Müdigkeit bewirken kann, dass zwar nach außen noch zusammen aufgetreten wird, innerlich die Beziehung jedoch bereits Entzweit ist.²²³ Die Müdigkeit kann auch in Gewalt aufgehen und zeigt sich dabei in verbaler oder physischer Gewalt. Dies könne dazu führen, dass Paare auseinandergehen, „[o]der die Müdigkeit machte Platz für eine Erschöpfung, in der man endlich wieder Luft kriegte und sich besinnen konnte.“²²⁴ Es kann in Folge dessen wieder zum Ansehen und Finden der Stimme kommen. Bezeichnend für die entzweiende Müdigkeit ist nach Handke:

So konnte es von einem Moment zum anderen zwischen zwei Menschen aus sein – und das am meisten Erschreckende war, daß es dadurch auch mit einem selber aus zu sein schien; man fand sich selber so [...] *nichtig* wie den anderen, mit dem man doch eben noch spürbar eine Daseinsweise verkörpert hatte²²⁵.

Die Gefahr dieser entzweierenden Müdigkeit, die Handke in diesem Sinne auch Paares-Müdigkeit nennt, ist die, dass diese Müdigkeit in einer Lebensmüdigkeit münden kann. Die Müdigkeit kann nach Handke auch bei anstrengender Arbeit in lärmender Umgebung auftreten. Dabei kann die gemeinsam erlebte Müdigkeit, nach anschließendem Beenden der Arbeit, gemeinsam genossen werden. Handke spricht in diesem Zusammenhang von der Wir-Müdigkeit, welche eine Gesellschaft vereint.²²⁶ Der vereinenden Müdigkeit geht eine Befreiung voraus.

Die vereinzelnde Müdigkeit verliert den Blick auf anderes und entfremdet. Beim Hausbau der Eltern erfährt Handke Schinderei, obwohl es auch um sein eigenes Heim geht. Er fühlt sich als ein Fremdarbeiter und erfährt durch die Müdigkeit Vereinzelung. Entscheidend für die Müdigkeit ist für Handke auch hier, dass sie einem mit einer Wucht überfährt. Erschlagen vor Müdigkeit, die keine Erholung verspricht.²²⁷ Die Vereinzelung beschreibt Handke nicht nur als ein von sich selbst

222 Vgl. Handke, *Versuch über die Müdigkeit*, 15.

223 Vgl. Ebd. 16f.

224 Ebd. 18.

225 Ebd. 21.

226 Vgl. Ebd. 37f.

227 Vgl. Ebd. 38f.

aus wahrnehmbares Vereinzeln, das den Blick für die Außenwelt verschließt, sondern auch als ein von der Gesellschaft ausgeschlossenes Vereinzeln. „[A]usgesperrt von der Gesellschaft“²²⁸.

Vereinzelnende Müdigkeit, die sich von der Außenwelt abwendet, kann in Hochmut übergehen. Handke hält dabei Gedanken fest wie: „Was gingen mich eure Lustbarkeiten, Feste, Umarmungen an – ich hatte ja die Bäume, das Gras“²²⁹. Dahingehend kann interpretiert werden, dass sich durch die Müdigkeit die Person von der Gesellschaft abwendet und den Blick auf seine eigene Umgebung lenkt, von der sie stärker angesprochen wird. Die Fokussierung erfolgt auf das Unmittelbare, ansprechende.

Die heilende Müdigkeit bemerkt Handke, als er den Kampf gegen die Müdigkeit überwunden hatte: „Ich war wieder da, in der Welt, und sogar [...] in ihrer Mitte.“²³⁰ Die heilende Müdigkeit zentralisierte Handke. „Die Müdigkeit gliederte – ein Gliedern, das nicht zerstückelte, sondern kenntlich machte – das übliche Gewirr durch sie rhythmisiert zur Wohltat der Form – Form, soweit das Auge reichte – großer Horizont der Müdigkeit.“²³¹ Handke schreibt der Müdigkeit dadurch, dass sie es schafft, dass der Mensch wieder an Orientierung gewinnt, einen heilenden Aspekt zu. Dabei beschreibt er, dass die Müdigkeit den Blick nicht auf Details lenkt, sondern Ganzheitlichkeit erfahren werden kann. Die Müdigkeit wirkt darüber hinaus friedensstiftend. Unerfreuliche, gewalttätige Handlungen werden nach Handke womöglich beschwichtigt, oder gemildert. Der beschwichtigende Moment in der Müdigkeit liegt im Verständnis durch das Mitgefühl und entwaffnet. „Dank meiner Müdigkeit wurde die Welt ihre Namen los und groß.“²³² Die Müdigkeit nimmt demnach die Welt an und schwächt Differenzen ab. Dabei kann die Welt ohne jeweilige Namen als Ganzes angenommen werden. Handke betont, dass jeder Mensch „seine höchsteigene erzählende Müdigkeit“²³³ besitze. Die Müdigkeit schafft es nach Handke im Sinne eines Hungerhabens ein Anfangen zu sein. Es ist seiner Meinung nach die bestmögliche Handlung, da sie einen Anfang macht.²³⁴ Diese Müdigkeit Handkes folgt einer Öffnung für das Ganze. So findet sich „am Ende alles beieinander.“²³⁵ Durch die Möglichkeit des Anfangs schließt sich der Kreis der Müdigkeit zu einer gesunden Müdigkeit. Darin sieht Handke die Erholung. Der Anfang zur heilenden Müdigkeit wird dadurch ermöglicht, dass dem verstreuten Individuum durch die Müdigkeit der jeweilige Takt angegeben wird.²³⁶ Für Peter Handke tritt die Müdigkeit nicht ohne

228 Handke, *Versuch über die Müdigkeit*, 41.

229 Ebd. 45.

230 Ebd. 51.

231 Ebd. 53.

232 Ebd. 56.

233 Ebd. 66.

234 Vgl. Ebd. 67.

235 Ebd. 68.

236 Vgl. Ebd. 75.

Grund ein, „sondern immer nach einer Beschwernis, im Übergang, in einer Überwindung.“²³⁷ Was bedeutet, dass durch Einsetzen der Müdigkeit, durch den vorgegebenen Takt, dem jeweiligen Individuum bereits der Anfang für ein Überwinden gegeben ist. Handke schließt sein Essay mit den Worten: „Es ist zugleich mein letztes Bild der Menschheit: versöhnt in ihren allerletzten Augenblicken, in kosmischer Müdigkeit.“²³⁸

Erschöpfende und inspirierende Müdigkeit

Byung-Chul Han hebt den inspirierenden Charakter der Müdigkeit nach Peter Handke hervor, wobei „[d]ie ‚Inspiration der Müdigkeit‘ [...] dabei dem *Nicht-Tun*“²³⁹ gilt. Durch diesen Charakter gelingt es aus der bisher beschriebenen Müdigkeit durch die Müdigkeit selbst aus ihr wieder herauszufinden. Die Müdigkeit verhilft zu Sichtbarkeit: „Sie bietet Zugang zu einer ganz anderen Aufmerksamkeit, Zugang zu jenen langen und langsamen Formen, die sich der kurzen und schnellen Hyperaufmerksamkeit entziehen“²⁴⁰. Damit gelingt es Han, im Rückgriff auf Peter Handke, dem Übermaß an Positivität der Leistungsgesellschaft mit der Müdigkeit zu entgegnen. „Die Müdigkeit befähigt den Menschen zu einer besonderen Gelassenheit, zu einem gelassenen Nicht-Tun. Sie ist kein Zustand, in dem alle Sinne ermatten würden. In ihr erwacht vielmehr eine besondere Sichtbarkeit.“²⁴¹ Die Aufmerksamkeit wird durch die Müdigkeit anders ausgerichtet. Die Müdigkeit „bringt das Staunen in die Welt zurück“²⁴².

Dabei unterscheidet Han die Erschöpfungsmüdigkeit von einer inspirierenden Müdigkeit durch ihre Potenz: „Die Erschöpfungsmüdigkeit ist eine Müdigkeit der positiven Potenz. Sie macht unfähig, *etwas* zu tun. Die Müdigkeit, die inspiriert, ist eine *Müdigkeit der negativen Potenz*, nämlich des *nicht-zu*.“²⁴³ Während die Erschöpfungsmüdigkeit sich in die Handlungsunfähigkeit potenziert, wirkt die inspirierende Müdigkeit versöhnend und führt zu einem gelassenen Nicht-Tun. Nach Han ermöglicht die inspirierende Müdigkeit eine Zwischenzeit und dabei verweist Han in seiner Überlegung auf Martin Heidegger und hebt dessen Zeitbegriff zum Moment der inspirierenden Müdigkeit ab: „Die *Zwischenzeit* ist eine Zeit ohne Arbeit, eine *Spielzeit*, die sich auch von Heideggers Zeit unterscheidet, die im Wesentlichen eine Zeit der Sorge und Arbeit ist. Handke beschreibt diese Zwischenzeit als eine Friedenszeit. Die Müdigkeit ist entwaffnend.“²⁴⁴ Byung-Chul Han hebt hervor, dass die Zeit bei Martin Heidegger so zu verstehen sei, dass sich

237 Handke, *Versuch über die Müdigkeit*, 77.

238 Ebd. 78.

239 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 59.

240 Ebd. 60.

241 Ebd. 59.

242 Ebd. 60.

243 Ebd. 62.

244 Ebd. 62.

etwas tun müsse. Für Han leitet sich aus dem Zeitbegriff, wie er ihn bei Heidegger versteht, eine Notwendigkeit heraus. Es ergibt sich nach Han aus dem Zeitbegriff Heideggers notwendigerweise die Sorge und die Arbeit. Beides sind Daseinsmodi, die sich von der Zwischenzeit nach Handke deutlich unterscheiden. Die Friedenszeit könnte auch als eine Zeit der Anschauung verstanden werden. „Auch der Sabbat, der ursprünglich *aufhören* bedeutet, ist ein Tag des *nicht-zu*, ein Tag, der befreit ist von jedem *um-zu*, um mit Heidegger zu sprechen, von jeder Sorge. Es handelt sich um eine *Zwischenzeit*.“²⁴⁵ Han verdeutlicht, dass die inspirierende Müdigkeit als Zwischenzeit frei von Sorge sei. Die Zwischenzeit sei als ein Zustand zu verstehen, indem das Konzept der Sorge nicht zum Tragen komme. Han veranschaulicht die inspirierende Müdigkeit auch unter Berücksichtigung des Tempos der Aufmerksamkeit: „Im langen, langsamen Blick des Müden weicht die Entschlossenheit einer Gelassenheit.“²⁴⁶ Der Blick des Müden ist langsam und die Entschlossenheit verflüchtigt sich nach Han. Dadurch könnte die Müdigkeit zu einer Gegenbewegung des ständigen Angesprochenseins in der Leistungsgesellschaft sein. Statt der Hyperaktivität erlangt das Individuum durch die Müdigkeit Gelassenheit.

Selbstbezügliche Gesundheit und der letzte Mensch

In „Also sprach Zarathustra“ lehrt Friedrich Nietzsches Zarathustra den Menschen den Übermensch. „Gerade Nietzsche würde sagen, dass jener Menschentyp, der im Begriff steht, en masse Wirklichkeit zu werden, kein souveräner Übermensch, sondern der letzte Mensch sei, der nur noch *arbeitet*.“²⁴⁷ Demnach gelingt es der Masse nicht, den Menschen zu überwinden. Statt dem Übermensch verwirklicht sich in der Masse der letzte Mensch. Nach Nietzsche endet das menschliche Leben in einer tödlichen Hyperaktivität²⁴⁸ Im 285. Aphorismus „Die moderne Unruhe“ schreibt Nietzsche: „Aus Mangel an Ruhe läuft unsere Zivilisation in eine neue Barbarei aus. Zu keiner Zeit haben die Täten, das heißt die Ruhelosen, mehr gegolten.“²⁴⁹ Für Nietzsche zeichnet sich ab, dass die Aktivität an Bedeutung zunimmt und in Hyperaktivität umschlägt. Das Beschauliche und die Ruhe werden gemieden. Nietzsche entdeckt parallel dazu das Aufkommen einer neuen Norm, wie Handke ausführt: „Schon Nietzsche hat gesagt, dass nach dem Tod Gottes die Gesundheit sich zu einer Göttin erhebe.“²⁵⁰ Neben der Hyperaktivität wird es für das Individuum wichtig, auf seine Gesundheit zu achten. Die Gesundheit zu erhalten, um gesund zu sein. „Die

245 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 62.

246 Ebd. 62.

247 Ebd. 32.

248 Vgl. Ebd. 32.

249 Friedrich Nietzsche, „Menschliches, Allzumenschliches. Erster Band“, in: *Kritische Studienausgabe*, Band 2, hg. v. Giorgio Colli; Mazzino Montinari, Berlin/München: dtv/de Gruyter, 1988, 232.

250 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 36.

Gesundheit wird selbstbezüglich und entleert sich zu einer *Zweckmäßigkeit ohne Zweck*.²⁵¹ Han nimmt an dieser Stelle eine Formel von Kant auf. Die Gesundheit könnte demnach nach Han in der Leistungsgesellschaft so betrachtet werden, dass sie nur um ihrer Selbstwillen verfolgt werden könnte, ohne ihr dabei einen besonderen Zweck zuzuordnen. Gesundheit wird darüber hinaus zu einem Produkt der Wirtschaft, für das viel Geld fließt. Es werden so viele Produkte wie nur möglich gekauft und einverleibt. Dabei reicht die angebotene Palette beispielsweise von Nahrungsergänzungsmitteln, ob zum Ausgleich von Mängeln oder gar zur Leistungssteigerung, bis zu einer unüberschaubaren Auswahl an Sportangeboten. Neu ist auch die Möglichkeit zur eigenen permanenten Überwachung im Bereich der Gesundheit. Wie in der Leistungsgesellschaft zu beobachten ist, deckt sich die Annahme Nietzsches unter anderem mit den Angeboten von Fitnessstudios oder Nahrungsergänzungsmitteln. Byung-Chul Han bemerkt, dass „Alain Ehrenberg [...] den Menschentyp der Gegenwart fälschlicherweise mit Nietzsches souveränem Menschen gleich“²⁵² setzt. Han zufolge bestehe in der Annahme, dass das Leistungssubjekt nur noch sich selber gehöre, ein Irrtum. Wie bereits gezeigt werden konnte, geht jedoch ein Gewaltpotential von der Gesellschaft und dem System, in dem das Leistungssubjekt eingegliedert ist, selbst aus. Demnach zwingt sich das Individuum, ein Ideal-Ich anzustreben, welches Gesundheit erlangt und beibehält. Es eröffnet sich hier die Frage nach der Sinnhaftigkeit eines ausbeuterischen Handelns, welches an der Lebensenergie zerrt, um Gesundheit zu erlangen. So könnte an dieser Stelle auch der Verdacht aufkommen, dass die Individuen der Leistungsgesellschaft die negativen Auswirkungen des Zwangs und der Positivität erahnen. Sie versuchen vorbeugend den fatalen Folgen entgegenzuwirken, oder stärker als die negativen Auswirkungen zu sein, sodass diese ihnen nichts anhaben können.

Das erschöpfte Selbst, Depression und Burnout-Syndrom

Der Ausführung von Byung-Chul Han zur „Müdigkeitsgesellschaft“ geht das Werk „Das erschöpfte Selbst“ von Alain Ehrenberg voraus. Han geht in einigen Stellen auf Ehrenberg ein: „Alain Ehrenberg siedelt die Depression im Übergang von der Disziplinar- zur Leistungsgesellschaft an“²⁵³. Sowohl Han als auch Ehrenberg haben die Leitkrankheiten des 21. Jahrhunderts in der Wende zur Leistungsgesellschaft im Blick.

251 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 88.

252 Ebd. 23.

253 Ebd. 21.

Die Karriere der Depression beginnt in dem Augenblick, in dem das disziplinarische Modell der Verhaltenssteuerung, das autoritär und verbietend den sozialen Klassen und den beiden Geschlechtern ihre Rolle zuwies, zugunsten einer Norm aufgegeben wird, die jeden zu persönlicher Initiative auffordert: ihn dazu verpflichtet, er selbst zu werden. [...] Der Depressive ist nicht voll auf der Höhe, er ist erschöpft von der Anstrengung, er selbst werden zu müssen.²⁵⁴

In der Disziplinalgesellschaft werden Ehrenberg zu Folge auf sozialen Klassen und den beiden Geschlechtern Rollen verteilt. Die Individuen werden in ihre Rollen gedrängt. Diese Zuteilung verschwindet aber. Im Übergang zur Leistungsgesellschaft kommt die Norm auf, dass jedes Individuum dazu aufgefordert wird, es selbst zu werden. Ein Aspekt, auf den in dieser Arbeit hier nicht weiter eingegangen wird, ist die Trennung des sozialen Geschlechts vom biologischen Geschlecht, welches in der Disziplinalgesellschaft als binäre Geschlechtereinteilung auf das soziale Geschlecht übertragen wird. Dies wäre von Interesse, da sich in der Leistungsgesellschaft der Weg hin zu einer Diversität öffnet, womit sich ein weiterer Identitätshorizont eröffnet.

Han zufolge ist die Depression für Ehrenberg „der pathologische Ausdruck des Scheiterns des spätmodernen Menschen, er selbst zu werden.“²⁵⁵ Das bedeutet, dass das Individuum versucht, es selbst zu werden und daran scheitert. In der Depression manifestiert sich dieses Scheitern. „Ehrenberg zufolge breitet sich die Depression dort aus, wo die Gebote und Verbote der Disziplinalgesellschaft der Eigenverantwortung und Initiative weichen“²⁵⁶, schreibt Han und kritisiert Ehrenberg gleichzeitig, denn nach Han ist „der Imperativ der Leistung als neues *Gebot* der spätmodernen Arbeitsgesellschaft“²⁵⁷ für die Erkrankungen verantwortlich und nicht die gestiegene Eigenverantwortung. Auf der einen Seite haben die Individuen das Gefühl, dass sie sie selbst werden müssen und deshalb mehr Eigenverantwortung zeigen müssen, um ihre Ziele zu erreichen, doch auf der anderen Seite erkennt Byung-Chul Han, dass dieser Imperativ dem Individuum von außen zukommt und so überträgt er die Schuld für die Erkrankungen diesem neuen Gebot. „Nicht der Imperativ, nur sich selbst zu gehören, sondern der *Leistungsdruck* verursacht die Erschöpfungsdepression.“²⁵⁸ Weshalb der Imperativ oder das Gebot nicht alleine Schuld an den Erkrankungen sei, sondern der Leistungsdruck hinter diesem Gebot. Insgeheim gilt es daher, stets ein Ideal zu erreichen. Dieses Ideal ist zwar von Individuum zu Individuum verschieden, ist nach Han jedoch als ein Leistungsdruck zu verstehen, der von der Gesellschaft ausgeht. Der Druck von außen tritt jedoch nicht offensichtlich auf. Der Imperativ wirkt somit nicht auf der selben Weise auf

254 Alain Ehrenberg, *Das erschöpfte Selbst: Depression und Gesellschaft in der Gegenwart*, Frankfurt am Main: Campus Verlag, 2015, 26.

255 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 22.

256 Ebd. 22.

257 Ebd. 22.

258 Ebd. 22.

das Individuum von außen ein wie in der Disziplinargesellschaft, sondern als in der Gesellschaft verinnerlichter Imperativ.

Zur Depression führt aber gerade auch die Bindungsarmut, die charakteristisch ist für die zunehmende Fragmentierung und Atomisierung des Sozialen. Dieser Aspekt der Depression kommt bei Ehrenberg nicht zur Sprache. Er übersieht auch die der Leistungsgesellschaft innewohnende *systemische* Gewalt die *psychische Infarkte* hervorruft.²⁵⁹

Byung-Chul Han weist darauf hin, dass sich der soziale Zusammenhang in der Leistungsgesellschaft, im Hinblick auf die Disziplinargesellschaft, verändert habe. Dabei macht er vor allem darauf aufmerksam, dass sich der Zusammenhalt in der Gesellschaft verflüchtigt. Die Leistungsgesellschaft legt durch die Atomisierung des Sozialen den Fokus auf das Individuum. Der Gesellschaftsbegriff wandelt sich. Aus der Gesellschaft selbst wird jedoch der Leistungsdruck und somit die Gewalt auf das Individuum ausgeübt. Han spricht von psychischen Infarkten, die durch die Gewalt der Leistungsgesellschaft ausgelöst werden. Am Beispiel der Depression wird ihm ersichtlich, dass die Gesellschaft selbst, durch ihre Fragmentierung und Atomisierung, an Bindung verliere. Der depressive Mensch habe in der Leistungsgesellschaft nicht mehr den selben gesellschaftlichen Zusammenhang zur Verfügung, als dies in der Disziplinargesellschaft möglich gewesen ist. „Die Depression symbolisiert Ehrenberg zufolge das ‚Unbeherrschbare‘, das ‚Irreduzible‘. Sie geht auf den ‚Zusammenstoß der unbegrenzten Möglichkeiten mit dem Unbeherrschbaren‘ zurück.“²⁶⁰ Han zufolge handle es sich beim Unbeherrschbaren, Irreduziblen und Unbekannten um Figuren der Negativität.²⁶¹ Da in der Leistungsgesellschaft ein Übermaß an Positivität vorherrscht, kann Han die Auffassung von Ehrenberg nicht vertreten. Figuren der Negativität sind nicht konstitutiv für die Depression in der Leistungsgesellschaft und dem Übermaß an Positivität. Han erweitert das Verständnis der Depression in der Leistungsgesellschaft von Alain Ehrenberg vom Aufeinandertreffen unbegrenzter Möglichkeiten und dessen Unbeherrschbarkeit um den Aspekt der Atomisierung in Form der auflösenden Bindung in der Gesellschaft. Durch diese Auflösung sowie Vereinzelung verliert das Individuum nicht nur die Bindung zu anderen Individuen der Gesellschaft, sondern auch zu sich selbst. „Der Depressive ist demnach derjenige, der von seiner Souveränität erschöpft ist, der also keine Kraft mehr hat, Herr seiner selbst zu sein.“²⁶² Die Souveränität in der Leistungsgesellschaft wird von einem anderen Spielraum begleitet als in der Disziplinargesellschaft. Das Leistungssubjekt, dass seinem Ideal nachläuft hat einen weitaus

259 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 22.

260 Ebd. 73f.

261 Vgl. Ebd. 74.

262 Ebd. 77.

größeren Handlungsspielraum, als das Individuum der Disziplingesellschaft. Han spricht von der Erschöpfung durch die Souveränität des Leistungssubjekts. Souveränität sei hier durchaus so zu verstehen, dass eine Person durch seine Fähigkeiten in seinen Handlungen sicher ist. Dem Individuum in der Leistungsgesellschaft ist ein souveränes Handeln durch den Leistungsdruck nicht mehr möglich. Die Gewalt der Positivität wirkt sich auf die Souveränität des depressiven Menschen dahingehend aus, wie Han festhält, dass der depressive Mensch „müde von ständiger Forderung nach Initiative“²⁶³ sei, und resultiert: „Das depressive Leistungssubjekt ist eher der ‚letzte Mensch‘ als der souveräne ‚Übermensch‘.“²⁶⁴ Han weist darauf hin, dass Ehrenberg den Übermenschen von Nietzsche missinterpretiert. Für Han bildet „Nietzsches Übermensch ein kulturkritisches Gegenmodell des erschöpften Leistungssubjekts. Der Übermensch tritt so gelesen als ein Mensch der Muße auf. Widerwärtig wäre für Nietzsche der Hyperaktive.“²⁶⁵ Hans Position schreibt die Souveränität dem Übermenschen zu und nicht dem letzten Menschen. Das Leistungssubjekt ist mit dem letzten Menschen zu vergleichen und bei Überwältigung durch die Gewalt der Positivität nicht zum souveränen Handeln mehr möglich. Nietzsche führt in „Also sprach Zarathustra“ aus:

Ihr alle, denen die wilde Arbeit lieb ist und das Schnelle, Neue, Fremde, - ihr ertragt euch schlecht, euer Fleiss ist Flucht und Wille, sich selber zu vergessen. Wenn ihr mehr an das Leben glaubtet, würdet ihr weniger euch dem Augenblicke hinwerfen. Aber ihr habt zum Warten nicht Inhalt genug in euch – und selbst zur Faulheit nicht!²⁶⁶

Han nimmt dieses Zitat von Nietzsche her, um zu untermauern, dass Nietzsche die Hyperaktivität, die den letzten Menschen auszeichnet, nicht befürwortet. Nietzsche spricht diejenigen an, die gerne schnell und viel arbeiten und nicht zur Ruhe kommen können. Wobei sich der Gedanke aufdrängt, dass in der aktuellen Zeit so schnell wie niemals zuvor und auch immer noch viel gearbeitet wird. Wer das Neue und Fremde liebt, könnte aus Sicht von Han bereits das Neue und Fremde in sich als Gleiches aufnehmen oder zum Exotischen machen. Die Kritik, die Nietzsche an dieser Stelle ausübt, zielt darauf ab, dass der Fleiß der letzten Menschen bloß eine Flucht vor sich selber sei, mit dem Ziel, sich selbst zu vergessen. Die viele Arbeit als Flucht vor sich selbst ist vor dem Hintergrund der Müdigkeitsgesellschaft im Sinne von Han so zu verstehen, dass das Hinterherjagen des aufgezwungenen Ideal-Ichs von dem wahren Selbst ablenkt. Ein weiterer Kritikpunkt von Nietzsche besagt, dass die letzten Menschen nicht mehr fähig seien, zu warten. Han konnte gut darstellen, warum Ehrenberg nicht damit richtig liegen könne, wenn er das Leistungssubjekt mit

263 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 77.

264 Ebd. 77.

265 Ebd. 77.

266 Friedrich Nietzsche, „Also sprach Zarathustra“, in: *Kritische Studienausgabe*, Band 4, hg. v. Giorgio Colli;azzino Montinari, Berlin/München: dtv/de Gruyter, 1988, 56.

Nietzsches Übermensch in Verbindung bringe. „Das Leistungssubjekt beutet sich selbst am effektivsten aus, wenn es sich für alles offen hält, wenn es eben *flexibel* ist. So macht es sich zum letzten Mensch.“²⁶⁷

Han kritisiert darüber hinaus Ehrenbergs Konfliktmodell der Depression. „Der Depression liege, so Ehrenberg, ein *versteckter* Konflikt zugrunde, der durch die Antidepressiva noch mehr in den Hintergrund gerate“²⁶⁸. Das Individuum hat keinen Bezug mehr zu dem vorliegenden Konflikt. Durch Medikation wird dieser Bezug nicht wieder aufgebaut. Han sieht in dem Konfliktmodell das Vorherrschen der Negativität, weshalb dieses Modell nicht für die Depression in der Leistungsgesellschaft angewendet werden kann. Die Negativität äußert sich in dem Modell in der Verdrängung sowie Verneinung, die Han der Psychoanalyse zuschreibt:

Das Konfliktmodell beherrscht die klassische Psychoanalyse. Die Heilung besteht darin zu *erkennen*, d. h. eigens ins Bewusstsein zu heben, dass ein innerpsychischer Konflikt vorliegt. Das Konfliktmodell setzt aber die Negativität der Verdrängung und Verneinung voraus. Daher lässt es sich heute nicht mehr auf die Depression anwenden, der die Negativität gänzlich fehlt.²⁶⁹

Neben der Kritik an Alain Ehrenbergs Konfliktmodell erteilt Han der Psychoanalyse eine Abfuhr, da sie sich mit negativen Abwehrmechanismen beschäftigt, die nicht mehr für das Leistungssubjekt und dessen Konfrontation mit der positiven Gewalt in Frage kommen. Nach Han ist das Individuum nicht mehr fähig, an seinen Konflikten zu arbeiten, da es dafür keine Zeit mehr hat. Denn das Individuum ist damit beschäftigt, seinem Ideal zu folgen. „Einfacher ist der Griff zu Antidepressiva, die es wieder schnell funktions- und leistungsfähig machen.“²⁷⁰ Der Druck durch die Gesellschaft, in Form der positiven Gewalt, zielt nicht nur auf das Verwirklichen eines Ideals ab, sondern ist auf die Funktions- und Leistungsfähigkeit gerichtet. Ein Ideal erscheint nur dann erstrebenswert zu sein, wenn dabei auch Profit oder Anerkennung anfallen. Han zufolge berücksichtigt Ehrenberg nicht den ökonomischen Kontext, der hinter dem Aufkommen der psychischen Leitkrankheiten der Leistungsgesellschaft steht.²⁷¹ Es geht jedoch nicht ausschließlich darum, bessere Leistung gegenüber anderen zu vollbringen, sondern sich selbst immer wieder zu übertreffen. Diese Selbstbezüglichkeit in der Konkurrenz nennt Han die absolute Konkurrenz und erkennt in ihr die destruktiven Züge: „Dieser Selbstzwang, der sich als Freiheit gibt, endet tödlich. *Das Burnout ist das Ergebnis der absoluten Konkurrenz.*“²⁷²

267 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 78.

268 Ebd. 80.

269 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 80.

270 Ebd. 81.

271 Vgl. Ebd. 79.

272 Ebd. 81.

Verantwortlich für die Depression, in die das Burnout häufig mündet, ist vielmehr der überspannte, übersteuerte, narzisstische Selbstbezug, der destruktive Züge annimmt. Das erschöpfte, depressive Leistungssubjekt ist gleichsam von sich selbst zermürbt. Es ist müde, erschöpft von sich selbst, vom Krieg mit sich selbst. Ganz unfähig, aus sich herauszutreten, draußen zu sein, sich auf den Anderen hin, auf die Welt hin zu verlassen, verbeißt es sich in sich selbst, was paradoxerweise zur Aushöhlung und Entleerung des Selbst führt. Es verschleißt sich in einem immer schneller sich um sich selbst drehenden Hamsterrad.²⁷³

Auch für das Burnout-Syndrom sieht Byung-Chul Han Folgen, die über die Beobachtungen von Alain Ehrenberg hinausgehen: „So gesehen, bringt das Burnout-Syndrom nicht das erschöpfte *Selbst*, sondern eher die erschöpfte, ausgebrannte Seele zum Ausdruck.“²⁷⁴ Wobei hier Han nicht auf den Unterschied zwischen dem Selbst von Ehrenberg und dem Begriff der Seele eingeht. Beiden ist jedoch gemein, dass das Burnout-Syndrom eine Reaktion sei. Han schreibt: „Das Burnout ist vielmehr die pathologische Folge einer freiwilligen Selbstaussbeutung.“²⁷⁵ Das Burnout-Syndrom als Reaktion kann Han zur Folge lediglich in der Leistungsgesellschaft auftreten, da die freiwillige Selbstaussbeutung in diesem Ausmaß von ihm nur in der Leistungsgesellschaft beschrieben wird. Die Reaktion hat jedoch ein Ausmaß, dass pathologische Züge annimmt. Die Ausbeutung des Individuums in der Leistungsgesellschaft geht durch die positive Gewalt in Selbstaussbeutung über. Han macht für die pathologischen Folgen der positiven Gewalt in der Leistungsgesellschaft den „Imperativ der Erweiterung, Transformation und Neuerfindung der Person“²⁷⁶ verantwortlich und weist darauf hin, dass das Burnout-Syndrom, „dessen Kehrseite die Depression ist, [...] ein Angebot an identitätsgebundenen Produkten voraus“²⁷⁷ setzt. Somit legt Han die Auswirkungen der pathologischen Folgen frei. Es ist nach ihm nicht bloß die freiwillige Ausbeutung durch die positive Gewalt der Auslöser der pathologischen Auswirkungen, sondern folgen diese auch konkret im Angebot an identitätsgebundenen Produkten. Die Problematik der Leistungsgesellschaft findet sich in der Verwirklichung des Selbst. Damit geht eine Begründung der eigenen Identität einher. Das Ideal, dem jeder folgt, soll individuell sein und gibt dem Individuum Identität.

Je häufiger man die Identität wechselt, desto mehr wird die Produktion angekurbelt. Die industrielle Disziplinargesellschaft ist auf eine unveränderliche Identität angewiesen, während die nachindustrielle Leistungsgesellschaft einer flexiblen Person bedarf, um die Produktion zu steigern.²⁷⁸

273 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 74f.

274 Ebd. 22.

275 Ebd. 22.

276 Ebd. 22.

277 Ebd. 22.

278 Ebd. 79.

Identität ist nach Han in der Leistungsgesellschaft durch das Angebot nichts stetiges. Identität kann auch gewechselt werden. In der Leistungsgesellschaft ist das Wechseln von Identitäten eine treibende Kraft hinter der Produktivität der Gesellschaft. In der Disziplinargesellschaft war laut Han eine stabile Identität gewünscht. Das Konzept der Identität ist nach wie jenes, dass es etwas beschreibt, wie sich jemand selbst versteht und sich zur Welt verhält. In der Leistungsgesellschaft hat sich das Konzept der Identität verändert. Identität ist etwas, das das Individuum ausmacht, was es sich jedoch selber aneignen muss. Identität wird selbst gewählt. An der Identität muss in der heutigen Zeit aktiv gearbeitet werden, um diese behaupten zu können.

In der Leistungsgesellschaft wird die Produktivität nach Han dadurch gesteigert, dass ein Individuum flexibel in der Identität ist. Das Individuum kann keine unveränderliche Identität aufbauen, wonach es sich definiert. Es richtet sich nach der Gesellschaft und versucht die Identität so zu wählen, dass es erfolgreich ist. Der Erfolg richtet sich nach der Leistungsgesellschaft und somit auch nach deren Bedürfnissen. In weiterer Folge muss die Identität des Individuums der Gewalt der Positivität folgen. Wobei das Übermaß an Positivität so überwältigend ist, dass dem Individuum ein unüberschaubares Angebot von Idealen und Identitäten zur Verfügung steht.

Beitrag moderner Medien

Einen wesentlichen Beitrag zur Entwicklung der Gesellschaft leisten die modernen Medien und Kommunikationsmöglichkeiten. In der Menschheitsgeschichte ist die Kommunikation innerhalb der Gesellschaft unbestritten von enormer Wichtigkeit. Die Kommunikation hat sich entwickelt und an Geschwindigkeit und Reichweite zugenommen. In der Leistungsgesellschaft ist prinzipiell jeder Mensch zu jeder Zeit erreichbar. Byung-Chul Han hebt hervor, dass sich durch die neuen Medien und Kommunikationstechniken der Bezug zu den anderen Mitgliedern der Gesellschaft verändert:

Die digitale Welt ist arm an Andersheit und deren Widerständigkeit. In den virtuellen Räumen kann sich das Ich praktisch ohne das ‚Realitätsprinzip‘ bewegen, das ein Prinzip des Anderen und des Widerstandes wäre. Dort begegnet das narzisstische Ich vor allem sich selbst. Die Virtualisierung und die Digitalisierung bringen das widerstehende Reale immer mehr zum Verschwinden.²⁷⁹

Han weist darauf hin, dass die modernen Medien dazu beitragen, dass das Fremde in der Leistungsgesellschaft abgebaut wird. Das Fremde in der Kommunikation würde sich im Anderen finden, doch folgen die neuen Medien und Kommunikationstechniken der Positivität, wobei auch das Übermaß an Positivität möglich sei. Das Übermaß an Angebot bleibt, dadurch dass es sich im Gleichen bewegt, unentdeckt. Die Medien und Kommunikationstechniken der Leistungsgesellschaft

²⁷⁹ Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 75.

bewegen sich vorwiegend im digitalen Raum. Der Wandel der Disziplinargesellschaft zur Leistungsgesellschaft wird von einer Virtualisierung der Gesellschaft begleitet. Das Fremde und somit das Andere tritt in der virtuellen Welt nicht mehr in dem selben Ausmaß des Widerstandes auf, wie es Han in der direkten Kommunikation der Disziplinargesellschaft sieht. In der digitalen Welt begegnet sich das Individuum hauptsächlich sich selbst. Somit wird das Individuum stets von Medien und Kommunikationstechniken angesprochen, ohne dass ein Zuviel ersichtlich wird. Weshalb sich die Gewalt der Positivität im unüberschaubaren Angebot am Angesprochensein der Leistungsgesellschaft äußert. Eine weitere Überlegung Hans zielt auf die ständige Erreichbarkeit ab: „Im Zeitalter der Stechuhr war eine klare Trennung von Arbeit und Nicht-Arbeit möglich. Heute vermischen sich Werkhalle und Wohnzimmer. Dadurch wird die Arbeit überall und jederzeit möglich. Laptop und Smartphone bilden ein mobiles Arbeitslager.“²⁸⁰ Viele Menschen in der Leistungsgesellschaft sind auch in ihrer Freizeit für die Arbeit erreichbar, da sie Telefonate entgegennehmen, sowie Textnachrichten empfangen und auch E-Mails lesen. Für manche Menschen gehört es zum guten Ton, ständig erreichbar zu sein, da es ihre Unentbehrlichkeit für ein Unternehmen unterstreichen könnte. Es wird dadurch jedoch erreicht, dass die Individuen der Leistungsgesellschaft noch mehr an Mehrarbeit leisten, als es bereits in der Disziplinargesellschaft der Fall war.

Je rasender sich die Menge der Informationen steigert, um so entschiedener bereitet sich die Verblendung und Blindheit für die Phänomene aus. Mehr noch, je maßloser die Information, je geringer das Vermögen zur Einsicht, daß das moderne Denken mehr und mehr erblindet und zum blicklosen Rechnen wird, das nur die eine Chance hat, auf den Effekt und möglicherweise die Sensation rechnen zu können.²⁸¹

Martin Heidegger spricht in den Zollikoner Seminaren bereits an, was unseren Alltag beherrscht. Die Geschwindigkeit der modernen Medien übersteigt ein angemessenes Antworten und Bewerten der Informationen. Es geht nur noch bloß darum, im Affekt zu reagieren. Die Zeit um über die Vorgänge des Angesprochenseins zu reflektieren, bleibt dem Individuum nicht mehr. Nach Heidegger kann nur noch blind reagiert werden. Ab und zu tauchen dann Sensationen auf, die das Individuum besonders ansprechen.

Vita activa, Vita contemplativa und Animal Laborans

Die Hyperaktivität folgt auf das übermäßige Angebot, weshalb der Mensch nicht fähig ist zur Ruhe zu kommen. Han findet einen solchen Zustand in der Tierwelt. Manche Tiere müssen ständig in

280 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 94.

281 Heidegger, *Zollikoner Seminare*, 96.

Acht vor Fressfeinden sein: „So ist es zu keiner kontemplativen Versenkung fähig – weder beim Fressen noch beim Kopulieren.“²⁸² Ständig ist das Tier auf der Hut vor Fressfeinden. Im Gegensatz zum Tier muss der Mensch nicht Angst haben ständig gefressen zu werden, was dem Menschen jedoch an der kontemplativen Versenkung hindert, ist die ständige Aufforderung auf äußere Reize zu reagieren. Han greift auf die Konzepte der *Vita activa* und der *Vita contemplativa* zurück, welche Hannah Arendt beschreibt. „Mit dem Wort *Vita activa* sollen [...] drei menschliche Grundtätigkeiten zusammengefaßt werden: Arbeiten, Herstellen und Handeln.“²⁸³ *Vita activa* zielt auf das Zusammenleben einer Gesellschaft ab, eröffnet sich mit der Geburt und endet mit dem Tod. Sie dient dem Überleben und Fortbestehen der Gesellschaft, wobei sich die Arbeit und das „Herstellen“ auf das Hervorbringen von Dingen bezieht und das „Handeln“ ohne Materie zwischenmenschlich abläuft, wodurch die Pluralität der Menschheit betont wird.

Die Tätigkeit der Arbeit entspricht dem biologischen Prozeß des menschlichen Körpers, der in seinem spontanen Wachstum, Stoffwechsel und Verfall sich von Naturdingen nährt, welche die Arbeit erzeugt und zubereitet, um sie als die Lebensnotwendigkeiten dem lebendigen Organismus zuzuführen. Die Grundbedingung, unter der die Tätigkeit des Arbeitens steht, ist das Leben selbst.²⁸⁴

Die *Vita activa* bezeichnet das tätige Leben. Im Gegensatz dazu steht die *Vita contemplativa*: „Ihre Grundstimmung ist das *Staunen* über das *So-Sein* der Dinge, das jeder Machbarkeit und Prozessualität enthoben ist.“²⁸⁵ In der Stimmung der *Vita contemplativa* werden die Dinge, wie sie sich zeigen, betrachtet. Byung-Chul Han geht davon aus, dass die Tätigkeit das Staunen ablöst, wobei der Begriff der Tätigkeit nach Han in der Leistungsgesellschaft eine Steigerung erfährt. Damit ist gemeint, dass eine kontemplative Haltung bei Arendt als ein Staunen ohne Handlung zu verstehen sei. Han bemerkt jedoch, dass in der Leistungsgesellschaft das Staunen nicht mehr ohne Handlung gedacht werden kann, sondern als eine bewusste Handlung zu verstehen ist. Staunen wird in der Leistungsgesellschaft zu einer Handlung, einer Tätigkeit, die keineswegs mehr einer Anstrengung enthoben ist. Der Begriff der *Vita activa* erfährt durch Arendt eine Neudefinition, wobei sie insbesondere den Fortbestand der Gesellschaft durch die Geburt im Auge hat:

282 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 27.

283 Hannah Arendt, *Vita activa oder Vom tätigen Leben*. München 1987, 14.

284 Arendt, *Vita activa*, 14.

285 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 30.

Sie verknüpft ihre Neudefinition der *Vita activa* mit dem Primat des Handelns. Dabei verschreibt sie sich wie ihr Lehrer Heidegger dem heroischen Aktionismus. Allerdings hat der frühe Heidegger das entschlossene Handeln am Tod orientiert. Die Möglichkeit des Todes erlegt dem Handeln Schranken auf und macht die Freiheit endlich. Hannah Arendt orientiert die Möglichkeit des Handelns dagegen an der Geburt, was dem Handeln mehr heroische Emphase verleiht. Das Wunder besteht im Geborensein des Menschen selbst und in dem Neuanfang, den die Menschen kraft ihrer Gebürtigkeit handelnd zu verwirklichen hätten.²⁸⁶

Während die Handlung bei Heidegger auf den Tod hin gerichtet ist und damit ihre Endlichkeit aufgezeigt wird, sieht Arendt die Handlung an die Geburt geknüpft, weshalb der Gedanke an ein Fortbestehen einer Gesellschaft hervortritt. „Was völlig aus dem Gesichtskreis neuzeitlicher Denkungsart verschwand, war die Kontemplation, das Anschauen oder Betrachten eines Wahren.“²⁸⁷ Wie Arendt bemerkt, wurde die *Vita activa* dadurch begründet, dass sie die *Vita contemplativa* ermöglicht. In der Neuzeit kehrte sich diese Bedingung jedoch nicht um, sondern trat das Betrachten des Wahren selbst als eine Tätigkeit hervor.

Die Überzeugung, daß es eine objektive, Wahrheit für den Menschen nicht gibt und daß er nur erkennen kann, was er selbst gemacht hat, ist nicht das Resultat irgendeines hypothetischen Verstandesskeptizismus, sondern einer nachweislichen Entdeckung; sie führt daher auch nicht in die Stimmung der Resignation, sondern entweder in die Verzweiflung oder wird umgekehrt Antrieb gesteigerter Aktivität.²⁸⁸

Hannah Arendt resultiert, dass die neuzeitliche Tätigkeit der Betrachtung und somit die Suche nach der Wahrheit etwas Aktives sei, dass der Mensch selbst entdecken möchte. Eine objektive Wahrheit für den Menschen schlägt sie aus und betont, wie wichtig die Tätigkeit nach der Suche für jeden Einzelnen sein könne. Einerseits kann der Mensch am Suchen der Wahrheit verzweifeln oder die Tätigkeit mit gesteigerter Aktivität weiterführen. In diesem Zusammenhang ist da auch die Bemerkung von Han über den Verlust des Glaubens zu erwähnen: „Der moderne Glaubensverlust, der nicht nur Gott oder Jenseits, sondern auch die Realität selbst betrifft, macht das menschliche Leben radikal vergänglich. Es ist nie so vergänglich gewesen wie heute.“²⁸⁹ Der Glaube und die Wahrheit an sich bieten für den modernen Menschen keinen stabilen Halt mehr, denn „[n]ichts verspricht Dauer und Bestand.“²⁹⁰ Wie Hanna Arendt, so bemerkt auch Han die Steigerung der Aktivität, wenn es um die Suche der Wahrheit oder den Glauben geht, um für sich Halt zu finden. „An die Stelle des Glaubens, der Wunder bewirkt, tritt das Handeln.“²⁹¹ Dieses Handeln, das Han an

286 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 32.

287 Arendt, *Vita activa*, 284.

288 Ebd. 285f.

289 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 35.

290 Ebd. 35.

291 Ebd. 32f.

dieser Stelle meint, ist nicht mit dem Handeln von Arendt gleichzusetzen. Vielmehr ist in diesem Handeln bereits eine Steigerung mitgemeint. Dieses Handeln bezeichnet eher die Tätigkeit des animal laborans wie es von Arendt beschrieben wird:

Alle menschlichen Tätigkeiten sind bedingt durch die Tatsache, daß Menschen zusammen leben, aber nur das Handeln ist nicht einmal vorstellbar außerhalb der Menschengesellschaft. Die Tätigkeit des Arbeitens als solche bedarf nicht der Gegenwart anderer Menschen, wiewohl ein in völliger Einsamkeit arbeitendes Wesen kaum noch ein Mensch wäre; er wäre ein animal laborans in des Wortes wörtlichster und furchtbarster Bedeutung. Ein Wesen das Dinge herstellt und eine nur von ihm bewohnte Welt erbaut, wäre zwar noch ein Hersteller, aber schwerlich Homo faber; es hätte seine spezifische menschliche Eigenschaft verloren und gleiche eher einem Gott – zwar nicht einem Schöpfergott, aber doch dem göttlichen Demiurg, wie ihn Plato in einem seiner Mythen beschreibt.²⁹²

Das animal laborans ist nur noch um seiner Selbstwillen ein tätiges Wesen. Die menschliche Eigenschaft, dass der Mensch in dem Interesse handelt, um einen Beitrag zum Fortbestehen der Gesellschaft zu leisten, fällt aus. Han bemerkt, dass das animal laborans in der modernen Gesellschaft in der beschriebenen Form von Hanna Arendt nicht mehr vorzufinden sei. „Das spätmoderne animal laborans gibt seine Individualität oder sein Ego überhaupt nicht preis, um arbeitend im anonymen Lebensprozess der Gattung aufzugehen.“²⁹³ Gemäß dem Ideal der Leistungsgesellschaft geht es dem Individuum darum, sich selbst zu übertreffen und ein persönliches Ideal zu vertreten. Han schreibt, dass sich die Menschen in der Gesellschaft individualisiert haben. Das Hervorheben der Individualität spielt eine große Rolle. „Das spätmoderne *animal laborans* ist mit dem Ego bis knapp zum Zerreißen ausgestattet. Und es ist alles andere als passiv.“²⁹⁴ Das animal laborans machte von der Zeit Hannah Arendts bis zur Leistungsgesellschaft eine Entwicklung durch, wonach es sich zunächst in der Gesellschaft auflöste und als passiver Teilnehmer am Erhalt der Gattung mitwirkte. In der Leistungsgesellschaft individualisiert sich das animal laborans und übernimmt eine aktive Rolle. Die Tätigkeit des animal laborans in der Leistungsgesellschaft nimmt zu. Han spricht dem animal laborans die Nähe zum Animalischen ab. „Das spätmoderne *animal laborans* ist, genauer genommen, alles andere als animalisch. Es ist hyperaktiv und hyperneurotisch.“²⁹⁵

Vom animal laborans spricht Arendt, wenn das Individuum nur für sich tätig ist und der gesellschaftliche Aspekt des Handelns wegfällt. Somit konzentriert sich das animal laborans rein auf das tätige Leben in der Gesellschaft und lässt die politische Dimension als Arbeitskraft oder Konsument unbeachtet. Dennoch kann das Individuum potentiell an der politischen Dimension

292 Arendt, *Vita activa*, 27.

293 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 34f.

294 Ebd. 35.

295 Ebd. 35.

partizipieren. In der Leistungsgesellschaft ordnet sich das Individuum nicht einer passiven Rolle unter und beschränkt sich auf das reine Funktionieren in der Gesellschaft, sondern übernimmt eine aktive Rolle. Das Individuum folgt seinem Ideal. Das animal laborans in der Leistungsgesellschaft übernimmt eine aktive, tätige Rolle. Han betont, „dass man Gefangener und Aufseher, Opfer und Täter zugleich ist. So beutet man sich selbst aus.“²⁹⁶ Das arbeitende Individuum, das sich nicht um die politische Dimension kümmert, ist als animal laborans nach Han nicht mehr dem animalischen zuzuordnen und beutet sich mit gesteigerter Tätigkeit selbst aus. Das neuzeitliche animal laborans beutet sich durch das Streben nach seinem Ideal selbst aus, weshalb „Ausbeutung auch ohne Herrschaft möglich“²⁹⁷ ist.

Die Dialektik des Aktivseins, die Arendt entgeht, besteht darin, dass die hyperaktive Verschärfung der Aktivität diese in eine Hyperpassivität umschlagen lässt, in der man widerstandslos jedem Impuls und Reiz folgt. Statt Freiheit bringt sie neue Zwänge hervor. Es ist eine Illusion zu glauben, je aktiver man werde, desto freier sei man.²⁹⁸

Byung-Chul Han hebt hervor, dass die gesteigerte Tätigkeit suggeriert, dass das Individuum an Freiheit gewinnen würde. Es handelt sich hierbei jedoch nach Han um eine Illusion, denn in Wahrheit folgt das Individuum allen möglichen Reizen. Anstatt von Aktivität spricht Han beim Folgen der äußerlichen Reizen von Passivität. Durch die hohe Frequenz an Reizen kippt die gesteigerte Tätigkeit in eine Hyperpassivität um, wobei Han wichtig ist, dass das Folgen der Reize ohne Widerstände erfolgt. Um dieser Illusion zu entgehen und nicht in eine Hyperpassivität zu fallen, rät Han zur Vita contemplative, die ein geschultes Auge benötigt. Han betont, dass „das Auge zur tiefen und kontemplativen Aufmerksamkeit, zu einem langen und langsamen Blick“²⁹⁹ befähigt werden muss. Gelernt werden soll, dass den Reizen ein „Nein“ entgegengebracht wird. Es soll nicht sofort auf einen Reiz reagiert werden, um diesen zu folgen, sondern es soll das Ziel sein, die Instinkte selber leiten zu können. Han folgt bei dieser Überlegung Friedrich Nietzsche, der ebenso auf die Bedeutung der Vita contemplative aufmerksam macht: „Sofort reagieren und jedem Impuls folgen sei bereits eine Krankheit, ein Niedergang, ein Symptom der Erschöpfung“³⁰⁰. Daher gilt es, sich nicht passiv allen Reizen zu öffnen, sondern allen Reizen, die sich aufdrängen Widerstand entgegen zu setzen. „Als neinsagendes, souveränes Tun ist sie aktiver als jede Hyperaktivität, die gerade ein Symptom geistiger Erschöpfung darstellt.“³⁰¹ Wer nach Han allen aufdrängenden Reizen

296 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 38.

297 Ebd. 35f.

298 Ebd. 42.

299 Ebd. 41.

300 Ebd. 41f.

301 Ebd. 41.

mit einem „Nein“ entgegenen kann, erhält seine Souveränität zurück und ist noch aktiver als in der bloßen Hyperaktivität, da durch eine kontemplative Haltung versucht wird, den aufdrängenden Reizen selbstbestimmt zu entgegenen:

Die pure Aktivität verlängert nur das bereits Vorhandene. Eine wirkliche Wendung zum Anderen setzt die Negativität der Unterbrechung voraus. Nur vermittels der Negativität des Innehaltens kann das Handlungssubjekt den ganzen Raum der Kontingenz durchmessen, der sich einer bloßen Aktivität entzieht.³⁰²

Han sieht im Entgegenhalten des „Neins“ ein Innehalten, das als eine negative Reaktion auf die Impulse anzusehen ist. Es geht ihm dabei nicht vordergründig darum, tatsächlich allem sich Aufdrängenden mit einem inhaltlichen „Nein“ zu begegnen, sondern dieses „Nein“ auf die antwortende Reaktion zu beziehen. Dadurch ergibt sich eine Unterbrechung, die ein Ausbrechen aus der gesteigerten Aktivität erlaubt. Auf eine aufdrängende Aufforderung, der meist mit Aktivität begegnet wird, erfolgt durch das Entgegenhalten des „Neins“ eine Unterbrechung des unreflektierten sofortigen Antwortens.

Hyperaktivität

In der Leistungsgesellschaft ist die Rede von einer gesteigerten Aktivität, die nach Han eine Reaktion ist und sich als Hyperaktivität bemerkbar macht. „Gerade auf das nackte, radikal vergänglich gewordene Leben reagiert man mit der Hyperaktivität, mit der Hysterie der Arbeit und Produktion.“³⁰³ Demnach ist die Hyperaktivität eine Reaktion auf das Leben, das als vergänglich betrachtet wird. Wobei an dieser Stelle festzuhalten ist, dass das Ende des Lebens als ausweglos erfahren wird. Dem unvermeidbaren Ende wird durch diese Reaktion mit Hyperaktivität entgegengesteuert. Die Hyperaktivität äußert sich als Hysterie der Arbeit und Produktion. Dabei ist zu erwähnen, dass das Wort der Hysterie in der heutigen Zeit nicht mehr spezifisch verwendet wird und Byung-Chul Han unter der Hysterie der Arbeit und Produktion verstanden haben könnte, dass die Arbeit sowie Produktion in ein übermäßiges oder unangebrachtes Ausmaß gesteigert wird. Durch eine Steigerung der bereits vorhandenen Tätigkeiten wird die Hyperaktivität als eine Reaktion begünstigt. „Die Hyperaktivität ist paradoxerweise eine extrem passive Form des Tuns, die keine freie Handlung mehr zulässt. Sie beruht auf einer einseitigen Verabsolutierung der positiven Potenz.“³⁰⁴ Das, was an Aktivität bereits vorhanden ist, wird positiv gesteigert. Die Hyperaktivität ist, wie bereits angedeutet, als eine Hyperpassivität zu verstehen.

302 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 42f.

303 Ebd. 47.

304 Ebd. 47.

Auch die Beschleunigung von heute hat viel mit diesem Mangel an Sein zu tun. Die arbeits- und Leistungsgesellschaft ist keine freie Gesellschaft. Sie erzeugt neue Zwänge. Die Dialektik von Herr und Knecht führt am Ende nicht zu jener Gesellschaft, in der jeder ein Freier ist, der auch zur Muße fähig wäre. Sie führt vielmehr zu einer Arbeitsgesellschaft, in der der Herr selbst ein Arbeitsknecht geworden ist. In dieser Zwangsgesellschaft führt jeder sein Arbeitslager mit sich.³⁰⁵

Han führt die Hyperaktivität auf einen Mangel an Sein zurück. Das Individuum erfährt neue Zwänge, denen es versucht, nachzukommen. Dabei kann es sich nicht auf sein eigenes Sein konzentrieren. Durch moderne Medien ist die Arbeit zeit- und ortsunabhängig geworden. Han betont, dass die Mitglieder der Leistungsgesellschaft nicht zur Muße fähig seien. Die Hyperaktivität verwehrt den Zugang zur Muße. Das Individuum der Leistungsgesellschaft ist mit anderen Worten, nach Han, nicht fähig, sich zu entspannen und zu erholen. Neben Kreativität ist die Muße auch bezeichnend für den Abbau von Stress und der Steigerung der Lebensqualität. Der Schlüssel für den Zugang zur Muße könnte im bereits behandelten Entgegenhalten eines „Neins“ erreicht werden. Neben den bisherigen Ausführungen zur Kontemplation hebt Han die Zen-Meditation hervor, da dabei versucht wird, „die reine Negativität des nicht-zu, d.h. die Leere zu erreichen, indem man sich von dem andrängenden, sich aufdrängenden Etwas befreit.“³⁰⁶ Der Hyperaktivität entkommt das Individuum, wenn es seine Souveränität zurückbekommt. „Wenn man nur die positive Potenz besäße, wäre man dagegen dem Objekt vollständig passiv ausgeliefert.“³⁰⁷ Somit ist das Nein-Sagen, um der Hyperaktivität zu entkommen, eine sehr aktive Tätigkeit, die die Hyperaktivität als eine Hyperpassivität enttarnt. Der Hyperaktivität folgt das Individuum, das nicht fähig ist, „Nein“ zu sagen.³⁰⁸

Das Übermaß an Positivität und so auch die Beschleunigung zwingen das Individuum zur Hyperaktivität. Han betont den Mangel an Zwischen-Zeiten.³⁰⁹ Das Zögern führt zu Unterbrechungen. „Das Zögern ist zwar keine positive Tathandlung, aber es ist unabdingbar dafür, dass das Handeln nicht auf das Niveau der Arbeit absinkt.“³¹⁰ Das Zögern ermöglicht ein Innehalten und bildet eine negative Aktion und somit einen Ausweg aus der Hyperaktivität. Eine weitere Reaktion der Negativität findet Han in der Wut. Diese bezeichnet er als eine Energie der Negativität, denn „[s]ie negiert das Ganze. [...] Sie stellt einen Ausnahmezustand dar.“³¹¹ Ebenso gilt für Han die Angst als ein Ausnahmezustand, wenn sie „dem *Sein als solchem* [gilt]. Sie erfasst

305 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 37.

306 Ebd. 47.

307 Ebd. 47.

308 Vgl. Ebd. 72.

309 Vgl. Ebd. 43.

310 Ebd. 37.

311 Ebd. 44.

und erschüttert das *ganze* Dasein.“³¹² Han resultiert, dass in der Leistungsgesellschaft durch die Zunahme des Positiven das Negative verdrängt wird und somit auch die Gefühle, die auf der Negativität beruhen.³¹³ Negativität und negative Zustände wirken der Beschleunigung entgegen.

Byung-Chul Han unterscheidet zwischen der positiven und der negativen Potenz. „Die positive Potenz ist die Potenz, etwas zu tun. Die negative Potenz ist dagegen die Potenz, nicht zu tun, um mit Nietzsche zu sprechen, Nein zu sagen.“³¹⁴ Die negative Potenz ist ebenso eine Möglichkeit zur Handlung, jedoch eine Handlung, die der Verweigerung möglich ist. Han versteht die negative Potenz nicht als das Gegenteil der positiven Potenz, denn dies wäre die Impotenz. Die negative Potenz übersteigt die positive Potenz. Durch die negative Potenz ist es möglich, aus der Hyperaktivität auszubrechen, denn die positive Potenz ist an das Positive gebunden.

312 Han, *Müdigkeitsgesellschaft*, 44.

313 Vgl. Ebd. 45.

314 Ebd. 46.

Daseinsanalyse

Das folgende Kapitel ist als ein daseinsanalytischer Versuch über die Müdigkeitsgesellschaft anzusehen. Angestrebt wird ein Beleuchten der Müdigkeitsgesellschaft aus Sicht der Daseinsanalyse und ein Hervorheben einer möglichen Begegnung mit den bereits angesprochenen Problemen. Grundlegend stellt sich auch die Frage, ob die bisher weiter vertieften Angelegenheiten der Daseinsanalytik nach Martin Heidegger und der beschriebenen Müdigkeitsgesellschaft nach Byung-Chul Han Berührungspunkte zulassen, so dass eine Behandlung beider Themen zu einem fruchtbaren Ausweg führen könnte. Somit gilt es zu klären, was Gegenstand einer Daseinsanalyse der Müdigkeitsgesellschaft sein kann, wobei auf das erste Kapitel der Daseinsanalytik in dieser Arbeit zurückgegriffen wird.

Die Daseinsanalyse, wie sie auf die Thematik der Müdigkeitsgesellschaft angewendet wird, erfolgt zwar vor dem Hintergrund der Daseinsanalyse als einer psychotherapeutischen Therapieform, bezieht sich jedoch sehr am Werk und den bereits behandelten Ideen von Martin Heidegger. In der Therapie sind zwei wesentliche Grundregeln einzuhalten, während eine die „rückhaltlose und rücksichtslose Offenheit gegenüber allem, was einfällt, einem in den Sinn kommt und als solches weder vom Patienten noch von seinem Therapeuten gemacht werden kann“, fordert, verlangt die zweite Grundregel eine „Aufrichtigkeit gegenüber allen begleitenden ‚Gefühlen‘, trotz ihrer Peinlichkeit, Unannehmlichkeit, anscheinenden Unwichtigkeit.“³¹⁵ Für die nachstehenden Ausführungen ist vor allem die Berücksichtigung auf das Dargebrachte von Han zur Müdigkeitsgesellschaft von Belang, da dadurch verdeutlicht wird, wie sehr die Daseinsanalyse vom Mitmachen und Veräußern des Analysanden abhängt. „Das Fragen konzentriert sich hier darauf, dass überhaupt etwas i s t und wie uns dieses Sein, dieses Geschehen, angeht.“³¹⁶ So kann der Sinn der sich zeigenden Phänomene freigelegt werden. Die phänomenologische Betrachtungsweise konzentriert sich auf das Wahrnehmen. Johann Georg Reck widmet dem Wahrnehmen in der Psychotherapie sein Werk mit dem treffenden Titel: „Hören, Sehen was ist“. Dem Wahrnehmen wird deshalb eine gesonderte Aufmerksamkeit geschenkt, denn „[i]m Wahrnehmen sind wir auf etwas ausgerichtet.“³¹⁷ In der Daseinsanalyse geht es daher darum, was denn generell wahrgenommen werden kann. Wobei alles Wahrnehmbare gemeint ist. Seien es Empfindungen, Gedanken oder mögliche Taten. Reck hebt hervor, dass es in der Wahrnehmung um das Ganze geht und nicht nur um Gesprochenes, den Körper, den Gesichtsausdruck oder Ähnlichem. Dazu heißt es:

315 Johann Georg Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist. Der phänomenologisch-hermeneutische Ansatz in der Psychotherapie*, Berlin 2020, 120f.

316 Ebd. 8.

317 Ebd. 150.

„Wahrnehmung‘ bedeutet hier vor allem das, was währt, wenn Seiendes ernst genommen, dabei nicht nur als Seiendes vernommen und verhandelt, sondern als Sein erfahren wird: das Dasein in seiner Zeitlichkeit.“³¹⁸ Im Wahrnehmen des Daseins in seiner Zeitlichkeit zeigt sich auf was das Dasein gerichtet ist und für was es offen ist. Von Interesse sind die Bezüge des Daseins in seiner Zeitlichkeit. Dabei zeigen sich Beziehungen zu den Mitmenschen und wie diese auf das Dasein wirken. „Mit dem Erinnern des Patienten sind diverse ‚Gäste‘ wieder anwesend. Teils bestimmen noch sie, also Fremde sein Gewissen. Damit stellt sich die Frage, w e m er in einer freien, beziehungsweise unfreien Beziehung, w a s schuldig zu sein glaubt.“³¹⁹ Durch die Daseinsanalyse können freie sowie unfreie Beziehungen zum Vorschein kommen. Gerade im Hinblick auf die Erkrankungen, die Han im 21. Jahrhundert ausmacht, könnten sich hier spannende Überlegungen finden. Die Daseinsanalyse als eine Therapie konzentriert sich auf den Analysanden und nimmt dessen individuellen Bezüge zur Welt und sein individuelles Weltbild ernst, um eine freiere Gestaltung der jeweiligen Möglichkeiten zu fördern. Daher liegt der Schluss nahe, dass die Thematik der Müdigkeitsgesellschaft, wie sie Han entfaltet, nicht genau auf dieselbe Weise angegangen werden kann, wie eine Therapie mit einem einzelnen Menschen. Der zugrundeliegende Gedanke hinter dem Versuch einer daseinsanalytischen Betrachtungsweise der Müdigkeitsgesellschaft liegt darin, ob Denkansätze gewonnen werden können, die aus der misslichen Lage, wie sie Han vorzeichnet, heraushelfen können. Im Gegensatz zu einer psychoanalytischen oder naturwissenschaftlichen Analyse und dem Aufzeigen von Problemen, soll das Augenmerk auf Möglichkeiten gelegt werden, damit eine Offenheit im Weltbezug begünstigt werden kann.

Was ist Gegenstand der Daseinsanalyse

An dieser Stelle soll festgehalten werden, was Gegenstand einer Daseinsanalyse sein kann, um das Thema der Müdigkeitsgesellschaft bearbeiten zu können. Wie bereits angeklungen „geht es in der Daseinsanalyse also darum, auf die vorliegenden Phänomene selbst, statt hinter sie zu schauen“³²⁰. Als Gegenstand der Daseinsanalyse könnten somit die sich zeigenden Phänomene betrachtet werden. Wobei alles darunter zu verstehen ist, was sich zeigt. „In der Daseinsanalyse wird der Mensch [...] mit seinen eigenen Möglichkeiten zugelassen“³²¹. In den Möglichkeiten zeigen sich die bereits erwähnten Bezüge als freie oder unfreie Bezüge. Diese können als Träume, Wünsche, Krankheiten, Sprache, Mimik und vieles mehr auftreten. In der Daseinsanalyse sind Analysanden

318 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 167.

319 Ebd. 119.

320 Ebd. 7.

321 Ebd. 8.

dazu angehalten, der freien Assoziation zu folgen und auszusprechen, was ihnen gerade einfällt. Daher spielen Einfälle in der Therapie eine wesentliche Rolle. „Nützlich und wirtschaftlich ist eine Therapie, wenn in ihr nicht nur Geschichten erzählt und daraus ‚Schlüsse‘ gezogen werden, sondern wenn in ihr etwas Neues einfällt und aufgeht und so eine Entwicklung in Gang gesetzt wird.“³²² Dabei sind aber nicht nur die Phänomene, die sich in der therapeutischen Sitzung zeigen, zu beachten, sondern insgesamt „was in der Stunde selbst, aber auch zuvor und danach an-wesen gelassen wird und aufgeht.“³²³ So wirkt auch die Therapie vor der Sitzung, währenddessen und danach auf die Analysanden ein. Daher findet auch die in Gang gekommene Entwicklung nicht nur während der Sitzungen statt.

Ziel der Daseinsanalyse

Martin Heidegger fordert, zu werden, was man ist.³²⁴ Dieser Forderung könnte damit nachgegangen werden, wenn sich das Dasein für seine Möglichkeiten öffnen kann und sich in der Eigentlichkeit befindet. Die Beziehung zur Umwelt kann offengelegt werden und das Dasein sich seiner Verantwortung bewusst werden.

Statt uns nur nach Normen auszurichten, uns ganz von diesen bestimmen zu lassen, sind wir es uns schuldig, unserer Natur gemäß zu leben. Das allein kann glücklich machen. In der Therapie ist deshalb stets die Frage, inwieweit einer in ‚inniger‘ Beziehung seinem eigenen ‚Haushalt‘, das heißt seiner Natur, entsprechen kann, die ‚natürlich‘ vieles mit der Natur anderer gemeinsam hat, was als ‚Norm‘ gelten kann, aber auch Einzigartiges³²⁵.

In den Ausführungen von Reck schwingt mit, dass ein Ziel sein kann, dass ein Mensch glücklich ist. Ausschlaggebend für das Glück ist demnach das Entsprechen seiner eigenen Natur, welche im Zusammenhang mit der Natur der Gemeinschaft steht. Der Daseinsanalyse geht es daher nicht vordergründig um das Einpassen in eine Norm, sondern auch um das Erkennen des Einzigartigen. „Es ist die therapeutische Aufgabe, dieser Natur, die zögern mag, sich zu zeigen, ‚vorausspringend‘ zum Durchbruch zu verhelfen, beziehungsweise Hindernisse zu beseitigen.“³²⁶ Im Verlauf der Therapie zeigt sich die Einzigartigkeit des Analysanden. Es zeigen sich Wege aus der Uneigentlichkeit. Auch die Verantwortung gegenüber sich selbst und der Mitwelt eröffnet sich. „Der Mensch trägt *Verantwortung*, das heißt, er ist zu einer *eigenen* Antwort auf den Zuspruch der Natur

322 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 134.

323 Ebd. 78.

324 Vgl. Heidegger, *Sein und Zeit*, 145.

325 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 78.

326 Ebd. 78.

aufgefordert“³²⁷. Reck hebt hervor, dass die Verantwortung zu einer eigenen Antwort auffordert. Durch diese Aufforderung auf ein eigenes Antworten auf die Zusprüche der Welt, entwickelt der Mensch sein eigenes Weltbild, welches von einer individuellen Färbung gezeichnet ist. Dieses eigene Weltbild etabliert weiterführend eine eigene Sichtweise auf Krankheiten, deren Erleben und Umgang. Im Speziellen wird aus daseinsanalytischer Sicht versucht Krankheiten als ein Geschick wahrzunehmen.³²⁸ Eine Krankheit könnte dem Menschen immer noch Möglichkeiten der Eigentlichkeit eröffnen.

Die glücklich verlaufene, *zu Ende gehende Analyse* wird oft nicht hinterfragt, geht aber mit einer größeren Zufriedenheit und Freude auch über oft unscheinbare Dinge einher, weil die Analysanden gelernt haben, auch in ihnen ‚die Welt als Ganzes‘ zu erahnen, so einen Sinn im Dasein zu erfahren und leichter über die bedrängenden Sorgen und Nöte des Alltags hinwegzukommen. Vor allem mag ihnen aufgegangen sein, dass sie nicht nur als Teil einer Masse, sondern als einmalige Menschen auf dieser Welt sind und als solche gebraucht werden.³²⁹

Johann Georg Reck betont, dass man in sich selbst die Welt als Ganzes wahrnehmen kann. Dies könnte durch ein Wahrnehmen der Bezüge zur Mitwelt geschehen, weshalb der Mensch mit seinen Sorgen und Nöten nicht nur auf sich konzentriert ist. Die Einmaligkeit des Menschen hebt Reck hervor, wobei dadurch keine Reduzierung auf das Subjekt zu verstehen ist, sondern bloß die Einmaligkeit des jeweiligen menschlichen Wesens in seinen Bezügen zu seiner Welt und somit zur Mitwelt, von der er auf seine Weise angesprochen wird und von ihr gebraucht wird. Der Bezug zur Welt kann jedoch auch gestört sein, oder als ein Mangel erfahren werden. Reck schreibt dabei von einem „Unzu Hause“, welches „einer ‚u n-heimlichen‘ Wahrheit seines Daseins“³³⁰ gleich kommt, aus welcher gerne entflohen werden will. Der Weg von der Uneigentlichkeit in die Eigentlichkeit und der Hinwendung zur Wahrheit erfolgt in der Therapie beispielsweise durch ein Nehmen der Angst für die Freiheit von Möglichkeiten. Es geht dabei darum, die „Freiheit zu neuen, ungelebten, aber doch herausfordernden Möglichkeiten auszuhalten.“³³¹ Die Möglichkeiten müssen sich jedoch erst zeigen und in der Wahl von Möglichkeiten kann Verantwortung übernommen werden.

Wie wird in der Daseinsanalyse vorgegangen

Durch das Mitteilen des Analysanden und dem Hinhören des Therapeuten werden die gebrachten Phänomene beiden zugänglich. Es offenbart sich der Sinn der Phänomene und es können

327 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 86.

328 Vgl. Ebd. 34f.

329 Ebd. 38.

330 Ebd. 119.

331 Ebd. 19.

Hindernisse für gewünschte Möglichkeiten auftreten. Solche Hindernisse können sich in Ängsten zeigen. Reck interpretiert diese als Herausforderungen, welche in Verantwortung überwunden werden können: „Mit seiner Mitteilung legt der Patient jedoch sein Leiden nicht ab, sondern damit übernimmt auch er Verantwortung für den Gesundungsprozess.“³³² Dabei muss im Blick der Therapie bleiben, ob Ziele realistisch sind, und was für die Heilung oder Überwindung der Probleme wichtig ist. Reck betont, dass in einer Therapie Sein erfahrbar sei, „wenn wir in freier Entscheidung loslassen von der Vielzahl von Geschichten und ursächlichen Erklärungen von Seiendem, zugunsten eines Seienden in seinem Sein“³³³. Das Loslassen sei wichtig, um das Sein so zulassen zu können, wie es sich eröffnet. Es bedarf einiges an Übung, um sich diesem Sein auszusetzen. Reck geht es darum, dass sich die Menschen den „unscheinbaren Bezügen öffnen und statt auf den Lärm, darauf hören, was uns die lautlos fließende Zeit über das bloß gerade Aktuelle hinaus heißt“³³⁴. Es geht in der Erfahrung des Sinns um eine Öffnung des Weltbildes. Von der Seinserfahrung können wir auf lange Sicht profitieren. Durch eine Eröffnung von neuen Möglichkeiten und daher neuen Sichtweisen, ändert sich auch der Bezug zur Welt. Der Mensch wird zu einer Neuorientierung aufgefordert, in der Reck den Lichtblick sieht. Ebenso stellt er fest, verändert sich durch eine Krankheit das Verhältnis zur Welt:

Wir sagen, Krankheit sei Verlust von Gesundheit. Aber in ihrer Abwesenheit ist Gesundheit gleichwohl – als Abwesende – anwesend, deutet auf das früher gesunde Organ hin, ja lässt dieses besonders gefragt sein, so wie ein zerrissener Strumpf nach einem heilen verlangt³³⁵

Wobei Reck in der Veränderung des Weltbezuges feststellt, dass bei dieser Änderung gerade das Abwesende besonders präsent sei. Beim Übernehmen von Verantwortung, kann dieser Wendepunkt des Bezugs daher als Möglichkeit und Lichtblick erfasst werden. Pathologische Weltbezüge lassen sich in der Therapie offenlegen. Reck verortet in bedeutsamen Bezügen, wenn sie gefährdet, oder gefährdend sind, versteckte Gefahren und führt dabei als Bezüge versandende Beziehungen, ausbleibende Einfälle durch reines Funktionieren, Vergessen von Gebräuchen, Missachten des Gewissens, Nivellieren von Unterschieden in der Globalisierung und dem Verführen zum Konsumismus an.³³⁶ Die essentielle Frage für die Daseinsanalyse, und somit richtungsweisend für die vorliegende Arbeit, ist nach Johann Georg Reck: „Wie können unscheinbare Bezüge wieder zum

332 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 19.

333 Ebd. 35f.

334 Ebd. 107.

335 Ebd. 44.

336 Vgl. Ebd. 338.

Erscheinen gebracht werden?“³³⁷ Anschließend führt er drei Möglichkeiten an. Die Bezüge können im Verweilen, im Reflektieren und im Aufbrechen wieder sichtbar gemacht werden.

Verweilen

Das Verweilen zeichnet sich im Innehalten ab. Der Analysand bleibt bei dem was gerade ist. So eröffnet sich für ihn der Bezug zu dem, worin er sich gerade aufhält. Gleichzeitig wird an dieser Stelle klar, dass der Analysand stets in Bezug zu dem steht, was er in die Therapiesitzung einbringt. Dabei ist jedoch wichtig, sich in der Freiheit zu üben, alles zuzulassen, was sich zeigt, um auf unscheinbare Beziehungen zu kommen.

Reflektieren

Reflektieren bezieht sich stets auf etwas bereits Gewesenes, wobei das Gewesene im Reflektieren aktualisiert wird und bereits während dem Bearbeiten wieder anwesend ist. „Unscheinbares kommt manchmal sogar erst dann zum Scheinen, wenn wir fern genug sind: [...] die Bedeutung eines Menschen nach dessen Verlust.“³³⁸ Reck führt an, dass durch die Erinnerung oder ein Reflektieren auf einen Menschen, dieser wieder anwesend ist und so auch die Bedeutung und die unscheinbare Beziehung zu diesem Menschen zum Vorschein kommt.

Aufbrechen

Aufbrechen bedeutet nach Reck ein entschlossenes „Auf-sich-zukommen-Lassen“. „Mit ihm befreien wir uns für künftige Zeiten und können so unser Geschick mitbestimmen.“³³⁹ Dabei könnte erahnt werden, dass sich hinter einer sich zeigenden Thematik unscheinbare Bezüge verstecken und durch dieses Aufbrechen der Ungewissheit aktiv versucht wird, die Bezüge aufzudecken. Wobei das Augenmerk auf den Gewinn für die Zukunft liegt. Vermutlich möchte Reck darauf hindeuten, dass das Aufbrechen als ein Durchstoßen von Widerständen zu erkennen ist, um sich auch in der Zukunft den unscheinbaren Bezügen durch Entschlossenheit zu nähern.

Phänomene der Müdigkeitsgesellschaft

Die Phänomene, die Byung-Chul Han in „Müdigkeitsgesellschaft“ aufgreift, lassen ihn neuronale Erkrankungen als Auswirkungen auf Veränderungen der Gesellschaft erkennen. Dabei zeigen sich ihm die Depression, die Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung, die Borderline-Persönlichkeitsstörung und das Burnout-Syndrom. Die Erkrankungen führt er, wie oben bereits

³³⁷ Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 229.

³³⁸ Ebd. 340.

³³⁹ Ebd. 340.

angeführt, auf ein Übermaß an Positivität zurück, welche als neuronale Gewalt auftritt und die Individuen mit Reizen und Informationen überhäuft. Die Erkrankungen treten nach Han in der Leistungsgesellschaft auf, in der jedes Individuum auf der einen Seite nur noch sich selbst zu gehorchen glaubt, wobei es auf der anderen Seite jedoch mit seinem Ideal-Ich, welches aus dem gesellschaftlichen Druck resultiert, konfrontiert wird. Dem Individuum wird Freiheit vorgegaukelt, doch bei dem Druck verliert es an Selbstbestimmung und Souveränität, da es seinem Ideal hinterherjagen und sich dabei selbst überholen muss. Nach Han fordert das Erreichen des Ideals einen Exzess von Arbeit und Leistung und entpuppt sich als Selbstausbeutung, die über die geistigen und körperlichen Ressourcen der Individuen hinausgehen. Dabei spielt das Innere der Individuen für Han in der Gesellschaft keine wesentliche Rolle mehr, weshalb die Individuen, wenn das Ideal-Ich vom Real-Ich nicht mehr erreichbar ist, vereinzelt und am Leistungsdruck zerbrechen.

Die Leistungsgesellschaft erkennt Han als Müdigkeitsgesellschaft, in der sich die Müdigkeit als eine Überwindung im Übergang einer Erschwernis festhalten lässt. Die Müdigkeit ist einerseits das tragische Moment, dass das überforderte Individuum überkommt. Und gleichzeitig bildet es auf der anderen Seite die Chance, durch eine neue Sichtweise, als ein Anfang aus dem scheinbar aussichtslosen Weg des Leistungsdrucks zu fungieren.

Die Depression tritt nach Han ein, wenn das Individuum der Leistungsgesellschaft an einem bestimmten Punkt ankommt, an dem es nicht mehr kann. Das Ideal-Ich kann durch freiwillige Selbstausbeutung nicht erreicht werden. Gleichzeitig stellt Han eine Bindungsarmut fest, die sowohl zwischen den Individuen der Gesellschaft auftritt, als auch die Bindung des Individuums mit sich selbst betrifft. Das erkrankte Individuum hat sich in sich selbst verbissen und hatte keine Zeit, an seinen Konflikten zu arbeiten. Wie Byung-Chul Han feststellt, mündet die Depression häufig im Burnout-Syndrom, wobei Han an einer anderen Stelle als die Kehrseite des Burnout-Syndroms die Depression sieht. In den Ausführungen von Han ist das Burnout-Syndrom eher als eine Steigerung der Depression zu erkennen. Das Burnout-Syndrom beschreibt er als das Ergebnis der absoluten Konkurrenz, welche als ein Durchbrennen des Ichs auftritt.

In der Hyperaktivität findet Han die Vermassung des Positiven und somit das Reagieren und Aufnehmen des Positiven. Damit geht einher, dass sich das Individuum auf die Vitalfunktionen und die Vitalleistung konzentriert, um den vielen Reizen gerecht zu werden. Die Leistungsfähigkeit kann mit Enhancement verstärkt werden, was jedoch dennoch zu Erschöpfung und Müdigkeit führen kann. Han bemerkt, dass die Gesundheit dabei nicht im Ganzen beachtet wird. Bemerkenswert ist seine Beobachtung, dass es sich um einen Trugschluss handelt, denn die Freiheit geht nicht mit gesteigerter Aktivität einher. Die Hyperaktivität ist als eine Hyperpassivität

anzusehen, da das Individuum nur noch passiv auf alle Reize reagiert. Hinzu kommt das Erkennen des ausweglosen Ende des Lebens. Demnach ist nach Han die Hyperaktivität eine Reaktion auf die Vergänglichkeit des Lebens.

Die Leistungsgesellschaft fordert zwar flexible Identitäten, wobei gleichzeitig das Ideal identitätsstiftend ist. Wenn sich die Identität nach dem Ideal-Ich richtet, jedoch dieses nie erreicht wird, bleibt das Individuum womöglich notwendigerweise immer etwas flexibel in der Identität, da auch das Ideal-Ich nichts ist, was unverändert bleiben muss. Dem Individuum bleibt keine Zeit, zu reflektieren und es kommt auch nicht zur Ruhe. Es ist ständig für alles und jeden erreichbar. Selbst im Internet, wie Han bemerkt, wird das Individuum nur von seinesgleichen angesprochen. Das bedeutet, dass das Individuum lediglich mit Inhalten konfrontiert wird, mit denen das Individuum konform geht. Daher merkt es auch nicht, wann es zu viel ist, von dem es angesprochen wird. Durch die Erreichbarkeit und der Inanspruchnahme aus den modernen Medien und der fehlenden Zeit, die sich das Individuum für sich selbst nimmt, verschwindet auch der Bezug zum Real-Ich. Ein ausdünnender Bezug zu sich selbst und zur eigenen Realität kann beobachtet werden. Daran knüpft auch der moderne Glaubensverlust, welcher durch einen verändernden Bezug zur Realität begünstigt werden kann, an. Den verlorengegangenen Halt von Glaube und Wahrheit wird versucht mit vermehrter Handlung bis zur Hyperaktivität nachzukommen. Selbst das Interesse zu einem Beitrag zum Fortbestand der Menschheit kann ausbleiben. Nach Han endet dieses Szenario in vereinsamer Aktivität, welches er mit dem animal laborans vergleicht, da dem hyperaktiven Individuum die Menschlichkeit abhanden gekommen ist.

Auf der einen Seite haben die Individuen das Gefühl, dass sie sie selbst werden müssen und deshalb mehr Eigenverantwortung zeigen müssen, um ihre Ziele zu erreichen, doch auf der anderen Seite erkennt Byung-Chul Han, dass dieser Imperativ dem Individuum von außen zukommt und so überträgt er die Schuld für die Erkrankungen diesem neuen Gebot. Han führt Auswege an, wie es den Individuen der Leistungsgesellschaft gelingen könnte, dem Leistungsdruck zu entkommen. Dabei hebt er die kontemplative Aufmerksamkeit hervor, mit deren Hilfe aus der Hyperaktivität durch Zögern und Innehalten ausgebrochen werden soll. Die Individuen müssen demnach lernen, „Nein“ zu sagen, damit sie den Impulsen nicht ohne einem Zögern folgen. Durch das Innehalten und dem Nein-Sagen erhalten die Individuen ihre Souveränität zurück und sind dadurch aktiver als in der Hyperaktivität, beziehungsweise Hyperpassivität. Han bemängelt, dass den Individuen in der Leistungsgesellschaft die Fähigkeit zur Muße fehlt. Es ist ihnen nicht mehr möglich zu entspannen, zu reflektieren und sich zu erholen. Kreativität würde nach Han den Abbau von Stress begünstigen und die Lebensqualität steigern. Als weitere Möglichkeit führt er die Zen-Meditation als Übung zur

Befreiung von Aufdrängendem an. Neben der Müdigkeit als heilende Müdigkeit als Anfang für den Ausweg führt Han die Ausnahmezustände Wut und Angst als negative Gefühle an. Sie werden zwar in der Leistungsgesellschaft verdrängt, jedoch durch die Erschütterung des Daseins in der Angst oder der Negation von allem, wie es in der Wut auftritt, finden sich Möglichkeiten zur negativen Auseinandersetzung mit dem Übermaß an Positiven.

Mögliche Ziele für die Müdigkeitsgesellschaft

Die Individuen in der Leistungsgesellschaft versuchen sich, nach Han, stets selbst zu übertreffen und ihr Leben als ein Projekt, das wie ein Unternehmen geleitet wird, zum Erfolg zu bringen. Der Druck der Gesellschaft besteht darin, ein erfolgreicher Unternehmer seiner selbst zu sein. Jeder ist für das, was er wird und ist, selbst verantwortlich und durch den Druck von außen scheint es notwendig zu sein, sich anzustrengen und besser in dem zu werden, was man sein will. Heidegger fordert jedoch auf, zu werden, was man ist. Hier ist schon ersichtlich, dass die Ideen davon, was ein Mensch aus sich machen möchte, oder sollte, weit auseinander gehen können. Das Ideal-Ich der Leistungsgesellschaft könnte die Forderung Heideggers weit hinter sich lassen, was jedoch zu den von Han aufgezählten Erkrankungen der Leistungsgesellschaft führen kann und sich in einer Müdigkeitsgesellschaft abzeichnet. Das Ziel, aus daseinsanalytischer Sicht, könnte für die Müdigkeitsgesellschaft darin liegen, dass sich die Menschen bewusst werden müssen, in welchen Bezügen sie sich befinden und welchem Weltbild sie womöglich nachjagen. Johann Georg Reck betont die Bedeutung bewusster Momente von der Entspannung und dem Loslassen.

Statt ständig neuen Erwerbs benötigen wir auch *Entlastung*. Es ist beglückend, immer wieder loszulassen. sich alter Lasten zu entledigen, damit Neues zu ermöglichen. Nicht nur vor Erschöpfung in den Schlaf zu fallen, sondern zuvor Minuten für bewusste *Entspannung*, vielleicht auch ein Gebet, zu reservieren. Wir müssen von Kindesbeinen an lernen, uns fallen zu lassen, wieder aufzustehen und wieder los zu lassen. Sich vom aufdringlichen Anspruch von mannigfaltigem Seiendem zu *befreien*, schützt vor einer Überbeanspruchung und weitet die Sicht, indem es auch deren *Sein* (als solches) zum Vorschein kommen lässt. Es schützt damit auch vor dem und jenem Leiden am Dasein.³⁴⁰

Die Befreiung vom aufdringlichen Anspruch ist, Reck zufolge, zentral für einen Ausweg aus der Überbeanspruchung. Dieser Befreiung vom permanenten Anspruch folgt eine erweiterte Sichtweise, da sich das Sein dessen zeigt, was das Dasein eingenommen hat. Die erweiterte Sicht kann demnach bereits einengende Bezüge erkennen und daher vor Leiden schützen. Das Ziel der Daseinsanalyse ist das Offenlegen der derzeitigen Bezüge, um mit einer erweiterten Sicht Änderungsprozesse

340 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 88.

anzustoßen. „Sinn‘ und ‚Ziel‘ würde ich einem Patienten, beziehungsweise Analysanden so erklären, dass in seinem offenen und ehrlichen ‚Zur-SPRACHE-Bringen‘ seine derzeitige Welt, wie er sich darin versteht und möglicherweise ändern könnte, sichtbar werden kann.“³⁴¹

Daseinsanalytischer Versuch über die Müdigkeit

In der Daseinsanalyse geht es „um die Vermehrung einer Offenheit und Verfügbarkeit, das heißt Gelassenheit für alles, was sein möchte und nach Möglichkeit sein kann, in diesem Sinne um eine Entfaltung der Ek-sistenz.“³⁴² Eine Entfaltung der „Ek-sistenz“ geht nicht zwingend einher mit dem Verfolgen eines Ideal-Ichs in der Leistungsgesellschaft. Das Verfolgen eines Ideal-Ichs berücksichtigt keine alternativen Möglichkeiten und ist daher nicht als eine weltoffene Haltung zu erkennen, die der Welt mit Gelassenheit begegnet. Das Ideal-Ich vereinnahmt das Dasein und beschränkt es in seiner Offenheit. Daher gilt es aus daseinsanalytischer Sicht, den Weltbezug des Individuums freizulegen. Die Daseinsanalyse lässt dem Individuum Raum, um seine eigenen Bezüge in Erscheinung bringen zu lassen. Daher ist zu betonen, dass Erklärungen, Ratschläge und Fragen auf ein Minimum reduziert werden, da es um die Weltbezüge des jeweiligen Individuums geht. Durch die sprachliche Mitteilung wird das Weltbild des Analysanden mit den Therapeuten geteilt. In der Therapie wird dem Weltbild und dadurch den jeweiligen Bezügen des Analysanden Raum gegeben. „Der gewährende, oft erstmals im Leben größere Freiraum in der Psychotherapie, dieser größere Spielraum für eigene Möglichkeiten, scheint das eigentliche spielerische Element in der Psychotherapie zu sein.“³⁴³ Reck deutet darauf hin, dass der Freiraum und dem offenen Begegnen aller erscheinenden Bezüge, meist erst im Zuge einer Psychotherapie erfahren wird. Aus daseinsanalytischer Sicht gilt es daher zunächst, dem Weltbild des Analysanden in aller Offenheit zu begegnen. Es können sich Möglichkeiten aufzeigen, die bisher im Leben des Analysanden vermieden worden sind. „Mit seiner Mitteilung legt der Patient jedoch sein Leiden nicht ab, sondern damit übernimmt auch er Verantwortung für den Gesundungsprozess.“³⁴⁴ Aus daseinsanalytischer Sicht ist es notwendig, dem Analysanden selbst die Verantwortung für sein Leben zu geben. In der erlernten Offenheit zeigen sich Möglichkeiten, denen mit Verantwortung begegnet wird. Die Offenheit muss jedoch erst erlernt werden und so deutet Reck auch an, dass sich das Individuum zuerst an der Allgemeinheit orientiert: „Zunächst sucht der Mensch ja nach Orientierungshilfen, auch wenn es um sein Selbstsein geht, fragt nach einer allgemein gültigen Art, selbst zu sein, das

341 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 118.

342 Ebd. 55.

343 Ebd. 183.

344 Ebd. 118f.

heißt, wie man sein sollte.“³⁴⁵ Erst aus der Orientierung nach dem „Man“ heraus, werden allmählich die eigenen Bezüge zur Welt freigelegt. Es können sich „Entwicklungshemmungen“ auftun, die „im weitesten Sinne in Frage gestellt werden.“³⁴⁶ Die Entwicklungshemmungen könnten bereits darauf hindeuten, wo sich die Weltbezüge des Analysanden von einem Ideal-Ich entfernen.

Von Anfang an soll der Patient ausreichend zu Wort kommen. S e i n Anliegen und dieser selbst sollen ernst genommen werden. Ich werde mir deshalb genau und ausführlich sagen lassen, was ihm am Herzen liegt, wofür sonst oft keine Gelegenheit und Zeit genommen wird. Das betrifft Jetziges und Gewesenes, Eigenes und Familiäres, sowie sein Verhältnis dazu.³⁴⁷

Wie Reck hier andeutet, ist, aus daseinsanalytischer Sicht, bereits Erlebtes für die heutigen Bezüge zur Welt und den Handlungen von Bedeutung. Altlasten können so in der Reflexion neu betrachtet und deren Auswirkungen auf aktuelle Bezüge freigelegt werden. Das, was sich in der Mitteilung zeigt, liefert dabei auch bereits die Bezüge dazu mit. Es spielt dabei jedoch keine Rolle ob es sich um etwas aus der Vergangenheit, um etwas in der Zukunft oder anderes handelt. „Wenn wir fragend in die Zukunft blicken, sehen wir auch, was sich uns zuspricht und werden dabei schon vom Gesuchten geleitet [...] Indem wir so in die Welt hinausreichen, [...] öffnen wir uns ihr und sie sich uns.“³⁴⁸ Damit werden die Bezüge zur Mitwelt sichtbar und vor allem auch die Bezüge zur Zukunft.

Von ebensolcher Offenständigkeit ist aber menschliches Dasein auch für das behaltene Gewesene, früher einmal Wahrgenommene. Darum wird das Gewesene für das Da-sein nie zu einem Vergangenen, Erledigten, Untergegangenen. Das Gewesene wird im Offenen des menschlichen Daseins so behalten, daß es ständig in die Gegenwart hinein anwesend bleibt, immerzu in sie hinein spricht und stetsfort jedes jetzige Verhalten eines Menschen mitbeeinflusst. Indem aber solches geschieht, »lebt« das Gewesene in der Gegenwart fort. Dabei bestimmt das so in der Gegenwart anwesend behaltene Gewesene notwendigerweise zusammen mit dem Gegenwärtigen auch alles zukünftige Verhalten eines Menschen mit.³⁴⁹

Das Gewesene und die Erfahrungen wirken in das Verhalten der Gegenwart hinein und beeinflussen das Verhalten in der Zukunft. Daher ist es von Interesse, wie mit dem bereits Erlebten umgegangen werden muss, um Handlungen in der Zukunft frei und offen vollziehen zu können. Die Möglichkeiten der Handlungen beschränken sich auf den Horizont der Offenheit. Diese Grenzen „verändern sich darum aber auch ständig entsprechend der unablässig sich wandelnden Weitung

345 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 195.

346 Ebd. 198.

347 Ebd. 117f.

348 Ebd. 88.

349 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 307f.

oder Verengung meines jeweiligen Welt-Verhältnisses.“³⁵⁰ Je weiter die Weltoffenheit ist, desto mehr Möglichkeiten des Verhaltens stehen zur Auswahl. Medard Boss deutet jedoch an, dass sich der Horizont an Offenheit auch verengen könne. Dies geschieht vor allem durch Vereinnahmung von Seinsbezügen. Mit der Zeit eröffnen sich in der Analyse Möglichkeiten und dem Individuum wird die Verantwortung übertragen, seinen Weg in aller ihm möglichen Offenheit zu wählen. „Innehalten, Reflektieren und Aufbrechen sind also ein Geschehenlassen und ein Handeln. Dadurch können unscheinbare Bezüge zum Vorschein gebracht werden.“³⁵¹ Dem Individuum können so die Bezüge zur Welt offengelegt werden, um sich aus dem Zwang der Selbstausbeutung zu befreien und auf sich selbst zu konzentrieren.

Im Innehalten und Verweilen bei dem, was ist, wird ein Moment der Zwischen-Zeit angestrebt. In einem bewussten Moment wird der Alltag mit seinen Weltbezügen pausiert und versucht, wahrzunehmen. Das Innehalten ist in gewisser Weise mit dem Entgegenhalten eines Neins zu vergleichen. Durch das Verweilen wird aus der Aktivität ausgestiegen und der Moment bewusst wahrgenommen. Dabei geht es auch darum, sich selbst wahrzunehmen und auf etwaige Überlastung oder Erschöpfung zu achten. Durch das Achten auf die Weltbezüge zeigt sich, ob sie den jeweiligen eigenen Vorstellungen entsprechen. Die im Verweilen sichtbar gewordenen Bezüge können reflektiert werden. In der Selbstreflexion kann man nachgehen, wie sehr man sich von seinen eigenen Werten und Vorstellungen durch äußere Bezüge entfernt hat. Fraglich ist auch, ob das Ideal-Ich dem eigenen Wunsch von einem Ideal überhaupt entspricht. Der Vergleich von einem Real-Ich mit dem Ideal-Ich kann ebenfalls einer Reflexion unterzogen werden. Spannend könnte dahingehend sein, wo das jeweilige Individuum seine persönlichen Grenzen ziehen möchte. Da das Ziel die Offenheit ist, um mit mehr Möglichkeiten man selbst zu werden, ist es wichtig, zu erkennen, was realistisch für einen ist. In der Reflexion der sichtbar gewordenen Bezügen ist es daher auch wichtig, die Mechanismen zu beachten, in die man einbezogen ist und von wo her der Leistungsdruck kommt. Durch das Reflektieren zeigen sich Alternativen, die vom Leistungsdruck auf eigene Werte lenken können.

Das Aufbrechen kann beispielsweise als ein Aufbrechen von Entwicklungshemmungen oder einengenden Bezügen zur Mitwelt aufgefasst werden. Im Aufbrechen werden erste Schritte unternommen, um zu werden, was man eigentlich ist und um sich von unscheinbaren Bezügen zu entfernen. Im Grunde werden Prioritäten neu gesetzt, wie beispielsweise mehr Zeit für sich selbst zu nehmen, wichtige Beziehungen zu pflegen, für Freizeit und auch für Erholung mehr Zeit einzuplanen. Die Gestaltung des eigenen Lebens und eigene erreichbare Wünsche haben sich im

350 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 278.

351 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 340.

Lauf der Zeit in ihrem Möglichkeitshorizont erweitert. In der Leistungsgesellschaft spielen Distanzen eine immer kleiner werdende Rolle.

Spielräume [sind] heute mit Fernseher, Computer, Internet weiter als früher; doch muss auch gefragt werden, ob sie uns näher zusammenbringen als das alte Theater, eine Musik- oder Sportgruppe, sowie die kirchliche Gemeinde am Ort, denen wir uns anschließen. Es sind besonders die nicht organisierten Freiräume, in denen wir entdecken, uns verlieben, wählen, träumen.³⁵²

Johann Georg Reck deutet darauf hin, dass es für Individuen in der heutigen Zeit sinnvoll sein kann, auch ihre Bezüge zu den modernen Medien zu hinterfragen. Dabei könnten Fragen auftauchen, ob die modernen Medien für einen selbst sinnvoll genutzt werden können, oder ob sie sich gar doch vereinnahmend auf den eigenen Weltbezug einwirken. Dabei verweist Reck auf die Gemeinschaft und deutet dabei an, wie wichtig ein Mit-sein mit anderen ist, obwohl der Mensch von den nicht organisierten Freiräumen profitieren kann, da die Möglichkeiten offener sind und somit Neues erlebt werden kann. Die Offenheit wird zwar durch die Vernetzung im Internet ebenfalls suggeriert, dennoch ist die Gefahr sehr hoch, dass man gerade hier dem Übermaß an Positivität zum Opfer fällt. Während einem im Internet ein Übermaß an Positivität geboten wird, könnten mit dem Darknet durchaus andere Erfahrungen gemacht werden, die für die Allgemeinheit nicht verträglich sind. Doch gerade mit der individualisierten Werbung wird man heutzutage nur noch mit den Informationen konfrontiert, mit denen man etwas anfangen können soll. Daher benötigt das Aufbrechen eine grundlegende Reflexion, wohin aufgebrochen werden soll, nach was das eigene Selbstsein verlangt, um authentisch man selbst werden zu können.

Damit sei bereits angedeutet, wie in der Daseinsanalyse die von Han bereits aufgegriffene Vereinzelung behandelt werden kann. Die von Han beschriebene Leistungsgesellschaft geht zweifelsohne in der heutigen Zeit mit einer Digitalisierung und dabei allem voran mit Informatik und dem Internet einher. Han lässt zwar offen, was Ursachen für eine Vereinzelung sein können, doch könnte ein Aspekt in der von Reck angedeuteten Digitalisierung liegen. Der Informationsfluss nimmt zu und Entfernungen spielen eine immer geringer werdende Rolle. Aus Recks Ausführung könnte eine Untersuchung der Frage nach der Nähe im Bezogen- oder Mitsein hervorgehen. Fraglich ist, wie in der heutigen Zeit dem Wunsch nach Nähe nachgegangen werden kann.

Hinsichtlich des Menschen dagegen steht außer Zweifel, daß er heute mehr denn je einsam ist. [...] Einsamkeit des Menschen aber könnte es gar nicht geben, wäre der Mensch nicht von Grund auf den Mitmenschen zugeneigt. Einsam kann nur der sein, dessen Wesen ein ursprüngliches Mit-sein mit

352 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 235.

anderen seinesgleichen auszeichnet. Einsamkeit verweist aus sich heraus schon immer auf ein Miteinandersein. Einsamkeit eines Menschen gibt es stets nur als Privationserscheinung im Vollzug seines primären Mitseins mit den anderen.³⁵³

Demnach befinden sich Menschen, die einsam sind, ebenfalls in einem Verhältnis zu ihren Mitmenschen. Der Mensch ist von einem ursprünglichen Mit-sein ausgezeichnet. Durch die neuen Medien gibt es auch viel Angebot für gesellschaftlichen Austausch in sozialen Medien, jedoch sollte der Einzelne für sich hinterfragen, ob für ihn dieses Angebot das Gefühl von Miteinandersein auslöst, welches seinen Bedürfnissen entspricht. Wichtig ist nach daseinsanalytischer Sicht auch, dass das Weltbild des Einzelnen ernstzunehmen ist. Den jeweiligen Möglichkeitshorizont gilt es zu erweitern, um den Menschen in seiner Offenheit zu fördern und ihm dadurch ein Leben in Authentizität zu ermöglichen. „Bei der globalen Verbreitung und der Vielfalt der Kulturen kommt heute gerade der Einzigartigkeit des einzelnen Menschen, der sowohl die Geheimnisse der Natur wie die Spannungen der Kultur zulässt und achtet, Bedeutung zu.“³⁵⁴ So scheint es nachvollziehbar zu sein, dass die Daseinsanalyse kein konkretes Kochrezept für den richtigen Umgang mit den Weltbezügen anbieten kann, das für alle Menschen zu jeder Zeit Gültigkeit besitzt. Vor dem Hintergrund der Weltbezüge und damit auch dem Mit-sein wird dem einzelnen Menschen Beachtung geschenkt, wodurch sich dieser selbst in seiner Einzigartigkeit wahrnehmen kann und wahrgenommen wird.

Byung-Chul Han stellt in „Der Geist der Hoffnung“ fest, dass die Angst das Dasein vereinzelt: „Aufgrund ihrer Tendenz, das Dasein zu vereinzeln, generiert die Angst kein aktiv handelndes Wir. Heidegger begreift selbst das Mitsein von der Vereinzelung, vom Selbst-Sein her.“³⁵⁵ Im Gegensatz zu den bisherigen Ausführungen unterstellt er Heidegger das Mitsein aus der Vereinzelung zu begreifen, wobei nach Johann Georg Recks Herleitung das Mitsein einen ursprünglichen Charakter hat und die Vereinzelung oder Einsamkeit als dessen privative Erscheinung sichtbar wird. Festzuhalten ist jedoch der vereinzeln Charakter der Angst. Han sieht die Auswirkungen der Angst in den modernen Medien als ein Herrschaftsmittel, welches das Klima bestimmt.

Sie macht die Menschen gehorsam und erpressbar. In einem Klima der Angst trauen sich die Menschen nicht, frei ihre Meinung zu äußern, und zwar aus Angst vor Repression. Auch die sogenannte *Hate Speech* oder ein *Shit Storm*, die offensichtlich Angst schüren, verhindern die freie Meinungsäußerung.³⁵⁶

353 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 285.

354 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 342.

355 Han Byung-Chul, *Der Geist der Hoffnung. Wider die Gesellschaft der Angst*, 103.

356 Ebd. 13.

Die Umgangsformen der User in den sozialen Medien werden durch die Menschen selbst mitbestimmt. Diese Beobachtung könnte auf den Leistungsdruck der Individuen in der Müdigkeitsgesellschaft umgemünzt werden, da sich die Individuen nicht trauen, so zu sein, wie sie eigentlich sind und sein möchten. Lieber verfolgen sie ein Ideal-Ich, um in der Gesellschaft nicht unterzugehen, oder zu versagen. Der Druck in der Leistungsgesellschaft könnte durch das Bloßstellen in den sozialen Netzwerken deutlich erhöht werden. Es ist nicht mehr nur das nahe Umfeld, dass von den eigenen Handlungen erfahren kann. Jeder Mensch auf der Welt könnte sich über das scheiternde Individuum lustig machen. Eine ähnliche Beobachtung macht auch Byung-Chul Han:

Die heute allgegenwärtige Angst geht nicht wirklich auf die Katastrophe in permanenz zurück. Wir sind vor allem von *diffusen Ängsten* geplagt, die *strukturbedingt* sind, die sich daher nicht auf konkrete Ereignisse zurückführen lassen. Das neoliberale Regime ist ein *Regime der Angst*. Es vereinzelt den Menschen, indem es ihn zum *Unternehmer seiner selbst* macht. Die totale Konkurrenz und der steigende Leistungszwang lassen die Gemeinschaft erodieren.³⁵⁷

Han macht diffuse, strukturelle Ängste aus. Die Menschen als Unternehmer ihrer selbst haben Angst, aus der Leistungsgesellschaft zu fallen. Dabei wird ersichtlich, wie schwer es sein kann, seine eigenen Bezüge zur Welt zu reflektieren. Scheinbar sind unscheinbare Bezüge sehr vielfältig und beanspruchen die Individuen auf eine je eigene Art und Weise. Es wird auch ersichtlich, wie der Leistungsdruck in der Leistungsgesellschaft auf das Individuum einwirken kann und von wo aus die Angst verstreut und aufrecht erhalten wird. Der Leistungsdruck könnte sich aus der globalen Vernetzung ergeben und auf das Individuum angepasst einwirken, so wie sich die Mechanismen des Übermaß an Positivität durch moderne Medien verändern können und auf die Individuen einwirken. „Wo Angst herrscht, ist keine Freiheit möglich.“³⁵⁸ Byung-Chul Han scheint in seinem Werk „Der Geist der Hoffnung“ bereits selbst einen Ausweg aus der Müdigkeitsgesellschaft zu finden. Er begegnet der Angst dabei mit der Hoffnung. Aus daseinsanalytischer Sicht nach Martin Heidegger gibt es aus der Angst jedoch kein vergleichbares Entkommen. Heidegger unterscheidet in „Sein und Zeit“ zwischen der Furcht und der Angst. Han könnte, wie oben angeführt, die Angst so wie Heidegger die Furcht verstehen. Dabei soll hier jedoch die Angst im Sinne Heideggers verstanden werden. Die Angst ist nicht bloß eine Bedrohung, sondern bildet eine existenzielle Erfahrung. Die Welt verliert in der Angst ihre Vertrautheit und führt den Menschen, wie die heilende Müdigkeit, zu neuen Möglichkeiten. Im Sinne der Daseinsanalyse gilt es, die Angst zuzulassen und zu ergründen.

357 Han, *Hoffnung*, 21.

358 Ebd. 13.

Daraus eröffnet sich ein je eigener Zugang zum Sein. So gilt es, sich der Angst zu stellen, um diese als Chance für ein authentisches Leben zu nützen. Dem Menschen kann somit das Wahrnehmen seiner eigenen Vergänglichkeit zu Möglichkeiten in seinem endlichen Leben führen. In der Müdigkeitsgesellschaft scheint es, als ob die Vergänglichkeit beziehungsweise das „Sein zum Tode“ verdrängt wird. Das Ideal versucht sich zu optimieren, um gesund zu sein, um sich selbst überholen zu können. Wie bereits angedeutet, scheint wohl die Gesundheit des Menschen nicht im Gesamten in den Blick genommen zu werden. Ohne die eigene Endlichkeit ernst zu nehmen, steigern die Individuen der Leistungsgesellschaft ihre Aktivität bis sie erschöpft sind. Daher ist es aus daseinsanalytischer Sicht sinnvoll, sich seiner Sterblichkeit bewusst zu werden. Spätestens im Aufkommen einer Angst, die das gesamte Dasein zerrüttet, ist die Möglichkeit, sich der eigenen Vergänglichkeit bewusst zu werden, gegeben, um zu werden, was man ist und sich von manchen Weltbezügen zu trennen. „Wir optimieren uns, beuten uns zu Tode aus in der Illusion, uns zu verwirklichen. Diese inneren Zwänge verstärken die Angst und machen uns letztlich depressiv.“³⁵⁹ Die vermeintliche Freiheit in der Selbstverwirklichung entpuppt sich nach Han als der Zwang der Leistungsgesellschaft und er stellt fest: „Leistungs- und Optimierungszwang sind Zwänge der Freiheit.“³⁶⁰ Das Individuum der Leistungsgesellschaft verliert sich sozusagen durch den Zwang in der Alltäglichkeit und verliert dabei die Bezüge zu sich selbst. Durch die Zwänge entfernt sich das Selbst von der Eigentlichkeit in die Uneigentlichkeit. Werden unscheinbare Bezüge sichtbar, kann der Weg durch Möglichkeiten zurück in die Eigentlichkeit gefunden werden.

Wie sich in den obigen Ausführungen gezeigt hat, verändert sich, je nach dem Gestimmtsein, das Weltverhältnis. In der Müdigkeitsgesellschaft von Byung-Chul Han zeigt sich ein Bild kollektiver Befindlichkeit, das überspitzt eine Grundstimmung der modernen Gesellschaft aufzeigt. In der Müdigkeitsgesellschaft zeichnet sich eine existenzielle Erschöpfung ab, welche durch ständiges Selbstaussaugen in der neoliberalen Leistungsgesellschaft zu psychischen Erkrankungen führt. Johann Georg Reck schlägt eine Stimmung der Dankbarkeit vor: „Wir können dankbar sein für unser so erfahrenes Glück, das nicht selbstverständlich ist“, denn diese Dankbarkeit wirkt sich auf unser Verhältnis zur Welt aus und öffnet uns für sie. Die Dankbarkeit könnte „in einer Offenheit für eine ‚Welt‘ bestehen, die uns täglich neu entgegen kommt und einlädt, Anteil zu nehmen, Verantwortung zu tragen, so zu ek-sistieren.“³⁶¹ Eine Gestimmtheit in Dankbarkeit öffnet uns für die Welt, der wir mit Verantwortung begegnen können. „Die Daseinsanalyse sieht das Wesen des Menschen in seiner Existenz. E x i s t e n z bedeutet hier [...]

359 Han, *Hoffnung*, 23.

360 Ebd. 21.

361 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 88.

ein ‚Hinausstehen in die Unverborgenheit (Wahrheit) des S e i n s‘ und ‚sorgendes‘ Ausstehen des ‚Da als die Lichtung des Seins‘.³⁶² Der Mensch in seiner Existenz steht der Welt und somit der Wahrheit des Seins offen gegenüber. Was sich wiederum auf die Sorge und das Besorgen auswirkt. Han bemängelt letztlich jedoch: „Aufgrund der „Geworfenheit“ ist Heideggers „Dasein“ nicht *Herr seines Seins*. Es kann sich seines Seins nicht bemächtigen. Die Geworfenheit schränkt es in seiner Freiheit ein“³⁶³, wobei Heidegger mit der Idee der Geworfenheit die Problematik aufzeigt, wie Han das Individuum in der Müdigkeitsgesellschaft vorfindet. Heidegger, und in weiterem Sinne die Daseinsanalyse, möchten jedoch durch das Sichtbarmachen der unscheinbaren Bezüge dem Individuum einen erweiterten Möglichkeitshorizont bieten, welches das Individuum frei von einengenden Bezügen machen soll. Somit muss Han widersprochen werden, wenn er behauptet: „Heideggers Denken besitzt keine Sensibilität für das *Mögliche*, für das *Kommende*“³⁶⁴. Im Gegensatz zu Han und Arendt, ist das Individuum nicht Mittel zum Zweck des Fortbestandes des Menschen, dessen Sinn speziell in der Geburt erfahren werden kann, sondern Heidegger und die Daseinsanalyse konzentrieren sich auf das individuelle Dasein in seiner Endlichkeit.

362 Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 323f.

363 Han, *Hoffnung*, 107f.

364 Ebd. 112.

Aussicht und Resümee

Wie die obigen Ausführungen aufzeigen, geht Byung-Chul Han nicht näher auf die Erkrankungen ein. Es ist nicht klar, wie er die Erkrankungen versteht, beziehungsweise welche Definitionen diesen zugrunde liegen. Werden die Erkrankungen als naturwissenschaftliche, medizinische Diagnosen behandelt, müssen bestimmte Symptome vorzufinden sein, welche sich in unterschiedlichen Manualen finden lassen, wie beispielsweise im DSM 5, dem ICD 10 oder dem ICD 11, als der neuesten Version des ICD. DSM steht dabei für „Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder“ und wird zur Klassifikation von psychischen Erkrankungen von der American Psychiatric Association herausgegeben, während der ICD die Abkürzung für International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems ist und von der WHO herausgegeben wird. Han definiert die erwähnten Erkrankungen nicht und verweist auch nicht auf Studien, um seine Beobachtungen zu untermauern. Ebenso wenig definiert Han die Leistungsgesellschaft. So wirken alle Begriffe, mit denen Han die Müdigkeitsgesellschaft beschreibt, vage. Darüber hinaus verwendet er viele weitere Begriffe unhinterfragt. Auf der einen Seite beschreibt Han die erkrankte Gesellschaft als die Leistungsgesellschaft und auf der anderen Seite spricht er von der Müdigkeitsgesellschaft. Auf wissenschaftlicher Ebene scheint es daher sehr schwer zu sein, mit den Argumenten von Han zu verfahren und beispielsweise einen philosophischen oder gar qualifizierten therapeutischen Lösungsansatz für die gebrachte Thematik zu erarbeiten. Daher wirkt es um so interessanter, die vagen Ausführungen von Han unter einem daseinsanalytischen Blick zu betrachten. Denn dabei geht es darum offen zu sein für das, was sich zunächst und zumeist zeigt und letztlich, was für unscheinbare Bezüge auftauchen, denen sinnvoll begegnet werden kann. Reck führt diesbezüglich richtungsweisende Fragestellungen an, die in der Thematik eine wesentliche Rolle spielen könnten, welche aber nicht nur explizit von Han in der Müdigkeitsgesellschaft behandelt werden. So könnte beispielsweise nach Reck eine weitere Untersuchung der Thematik im Sinne von Han sein:

Was bedeuten etwa die Informatik, das Internet, die Digitalisierung für das Bezogen- und Mitsein der Menschen? Was gewinnen wir, wenn „die Entfernungen in der Zeit und im Raum schrumpfen“ und damit doch „keine Nähe“ erreicht wird? Bieten die heutigen globalen Möglichkeiten indes nicht auch „eine Nähe“?³⁶⁵

Der daseinsanalytische Versuch der Müdigkeitsgesellschaft konnte aufzeigen, dass es für die Individuen der Leistungsgesellschaft möglich sein könnte, durch ein Innehalten und Achten auf die

³⁶⁵ Reck, *Sehen- und Hörenlassen, was ist*, 26.

eigene Natur, zu einer neuen Auslegung der eigenen Interessen kommen könnte. Durch Reflexion der eigenen Bezüge zur Welt, kann sich offenbaren, was das Individuum in Anspruch nimmt. Aus den sich zeigenden unscheinbaren Bezügen lässt sich der Weg in die Eigentlichkeit finden. Das Individuum soll letztlich mit einem offeneren Weltbezug seiner inneren Natur folgen können, was es womöglich von dem gesellschaftlich geforderten Ideal-Ich in der Leistungsgesellschaft entfernt.

Menschliches Da-sein zeigt sich unserer Betrachtung von Grund auf als ein offenständiges, das heißt: als ein Ek-sistieren, ein Ausstehen der gelichtet-freien Welt-Offenheit eines Vernehmen-könnens und als ein Bewahren ihrer. Solches Offenständig-sein ist der einheitliche Ermöglichungsgrund und das eigenste Wesen sowohl des Räumlich-seins und Zeitlich-seins, seines Mit-seins mit den anderen, seines Gestimmt-seins und seines Sterblich-seins.³⁶⁶

Ist es den Individuen der Leistungsgesellschaft möglich, aus der ständigen Selbstausschöpfung auszubrechen und ein eigenes authentisches Leben zu verfolgen, könnten psychische Störungen, wie sie durch Han in der Leistungsgesellschaft erkannt werden, zurückgehen. Dabei könnte es schwer sein, dass die Individuen den Mut finden, sich von der in der Allgemeinheit erwünschten Selbstausschöpfung zu distanzieren und sich in einer kontemplativen Haltung ihrer eigenen Natur widmen und dadurch Glück erfahren. Eine Analogie zur Situation in der Leistungsgesellschaft, aus der es gilt auszubrechen, lässt sich bei Franz Kafka finden. Treffend veranschaulicht er die Funktion des Ideal-Ichs: „Das Tier entwindet dem Herrn die Peitsche und peitscht sich selbst, um Herr zu werden, und weiß nicht, daß das nur eine Phantasie ist, erzeugt durch einen neuen Knoten im Peitschenriemen des Herrn.“³⁶⁷

366 Boss, *Grundriß der Medizin und Psychologie*, 314.

367 Franz Kafka, *Betrachtungen über Sünde, Hoffnung, Leid und den wahren Weg. Zürcher Aphorismen*, Berlin 2020, 12.

Literaturverzeichnis

- Arendt, Hannah: *Vita activa oder Vom tätigen Leben*. Neuausg. 1981, 5. Auflage, München: Piper 1987.
- Bogdal, Klaus-Michael: „Überwachen und Strafen. Entstehungsgeschichte“, in: Clemens Kammler; Rolf Parr; Ulrich Johannes Schneider, Unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker (Hg.): *Foucault Handbuch. Leben - Werk - Wirkung*, Stuttgart: J. B. Metzler 2014, 72-82.
- Brieler, Ulrich: „Karl Marx“, in: Clemens Kammler; Rolf Parr; Ulrich Johannes Schneider, Unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker (Hg.): *Foucault Handbuch. Leben - Werk - Wirkung*, Stuttgart: J. B. Metzler 2014, 191-194.
- Bublitz, Hannelore: „Macht“, in: Clemens Kammler; Rolf Parr; Ulrich Johannes Schneider, Unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker (Hg.): *Foucault Handbuch. Leben - Werk - Wirkung*, Stuttgart: J. B. Metzler 2014, 316-319.
- Ehrenberg, Alain: *Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart*. 2. Auflage. Frankfurt am Main: Campus Verlag 2015
- Foucault, Michel: *Überwachen und Strafen. Die Geburt des Gefängnisses*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag 1977.
- Han, Byung-Chul: *Müdigkeitsgesellschaft. Burnoutgesellschaft. Hoch-Zeit*. 1. Auflage. Berlin: Matthes & Seitz 2016.
- Handke, Peter: *Versuch über die Müdigkeit*. 1. Auflage. Frankfurt am Main: Suhrkamp 1992.
- Heidegger, Martin: *Sein und Zeit*. 19. Auflage. Tübingen: Max Niemeyer Verlag 2006.
- Heidegger, Martin: *Zollikoner Seminare. Protokolle - Zwiegespräche - Briefe*. Hg. v. Medard Boss. 3. Auflage. Frankfurt am Main: Vittorio Klostermann GmbH 2006
- Kafka, Franz: *Betrachtungen über Sünde, Leid, Hoffnungen und den wahren Weg. Die Zürauer Aphorismen*. Berlin: edition holbach 2020

- Libisch, Stephan; Spitzer, Charlotte: „Daseinsanalyse“, in: Hochgerner, Markus (Hg.): *Grundlagen der Psychotherapie. Lehrbuch zum psychotherapeutischen Propädeutikum*. 1. Auflage. Wien: Facultas 2018. 108-117.
- Nietzsche, Friedrich: „Also sprach Zarathustra“. in: *Kritische Studienausgabe*, Band 4. Hg. v. Giorgio Colli; Mazzino Montinari. Berlin/München: dtv/de Gruyter, 1988.
- Nietzsche, Friedrich: „Menschliches, Allzumenschliches. Erster Band.“ in: *Kritische Studienausgabe*, Band 2. Hg. v. Giorgio Colli; Mazzino Montinari. Berlin/München: dtv/de Gruyter, 1988.
- Schneider, Ulrich Johannes: „Aufklärung“, in: Clemens Kammler; Rolf Parr; Ulrich Johannes Schneider, Unter Mitarbeit von Elke Reinhardt-Becker (Hg.): *Foucault Handbuch. Leben - Werk - Wirkung*, Stuttgart: J. B. Metzler 2014, 258-260.
- Siegrist, Johannes; Dragano, Nico: „Psychosoziale Belastungen und Erkrankungsrisiken im Erwerbsleben“, in: Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz Band 51, 2008, 305–312, <https://doi.org/10.1007/s00103-008-0461-5>.
- Vetter, Helmuth: *Grundriss Heidegger. Ein Handbuch zu Leben und Werk*. Hamburg: Felix Meiner Verlag 2014