

Die im Students` Corner publizierten Texte wurden im Rahmen von Forschungswerkstätten und Literaturseminaren unter Supervision der Lehrenden verfasst. Die Redaktion des Forschungsbulletins unterstützt mit der Publikation ausgewählter Texte die Heranführung der Studierenden an das wissenschaftliche Arbeiten.

Rezension

**Ralf Zwiebel & Gerald Weischede (2015):
Buddha und Freud – Präsenz und Einsicht: Über buddhistisches und
psychoanalytisches Denken.
Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
276 S., € 30.-**

Christiane Gössinger¹, Irina Zamfirescu¹

¹Sigmund Freud PrivatUniversität Wien

In dem 2015 erschienenen „Buch Buddha und Freud – Präsenz und Einsicht“ gehen der Psychoanalytiker Ralf Zwiebel und der Zen-Meister Gerald Weischede dem Versuch nach, diese beiden auf den ersten Blick konträr erscheinenden Denkströmungen in einen Dialog zu bringen. Bereits im Titel findet diese vermeintliche Gegensätzlichkeit ihren Ausdruck, nämlich in den als Polaritäten verstandenen, zentralen Elementen des jeweiligen Ansatzes: der Präsenz und der Einsicht. Im Verlauf des Buches wird sukzessive die tieferliegende, gemeinsame Ebene zutage befördert, sodass sich der anfänglich wahrgenommene Widerspruch aufzulösen beginnt.

Das Buch wird durch ein dialogisches Prinzip strukturiert. So wird im ersten Teil Grundlegendes diskutiert – die Begriffe definiert, mit denen die Autoren operieren, sowie auf prägnante Weise die Essenz der beiden Denkströmungen jeweils präsentiert.

Zuerst wird das buddhistische Denkmodell vorgestellt. Dabei gehen die Autoren auf das grundlegende Arbeitsmodell der buddhistischen Lehre ein und erläutern die fundamentalen Prinzipien, auf denen dieses aufgebaut ist. Die sogenannten „Vier Edlen Wahrheiten“ strukturieren die Darstellung der buddhistischen Lehre: Die Autoren definieren das menschliche Leiden und dessen Ursachen, problematisieren das Ich-Selbst und vertiefen diese Ausführungen, indem sie auf die Unterscheidung zwischen dem „getäuschten Geist“ und dem „Geist, der schweigt“ eingehen. Zuletzt beschreiben die Autoren Wege zur Überwindung des Leides und widmen sich eingehend der buddhistischen Meditationspraxis.

Im Folgenden befassen sich die Autoren mit dem grundlegenden Arbeitsmodell der Psychoanalyse. Dabei behandeln sie fokussiert solche Aspekte, hinsichtlich derer die Möglichkeit eines Dialogs mit dem buddhistischen Modell besteht. Unter Bezugnahme auf Sigmund Freud gehen sie auf die Neurose und damit einhergehend auf das Bewusste und das Unbewusste, den Traum, die Triebtheorie, die Übertragung, den Narzissmus und den Widerstand ein. Zuletzt vertiefen die

Autoren die Ausführungen, indem sie die Psychoanalyse als Methode näher betrachten und darauf bezugnehmend weitere Überlegungen zum Konflikt zwischen Individuum und Kultur anstellen.

Am Ende des ersten Teils befindet sich das theoretische Herzstück des Werkes. Hier werden wechselseitige Befruchtungs- und Lernmöglichkeiten der beiden Denkmodelle beleuchtet. Die anfängliche Unklarheit der Leserin oder des Lesers darüber, ob überhaupt und wie die Grundannahmen der beiden Systeme miteinander verwoben sind, löst sich an dieser Stelle auf. Mit fast freudiger Klarheit eröffnet sich der „Übersetzungsraum“, dessen Entwicklung und Vermittlung das zentrale Anliegen des Buches darstellt. Neben Analogien der Begriffe der beiden Methoden (siehe vor allem „Geist“ und „Selbst“) sehen die Autoren die grundlegende Gemeinsamkeit der zwei Strömungen gerade darin, dass sie die *conditio humana* mit ihrem spezifischen Leiden in den Fokus ihrer Modelle rücken und nach Möglichkeiten suchen, dieses Leid zu erleichtern oder sogar zu überwinden. In diesen Kapiteln findet sich eine detaillierte Herausarbeitung darüber, was die Psychoanalyse vom Buddhismus sowohl aus theoretischer als auch aus praktischer Sicht lernen kann. Darüber hinaus gehen die Autoren darauf ein, wie die buddhistische Lehre und Praxis von psychoanalytischem Gedankengut profitieren kann. Für die Leserinnen und Leser, die sich mit beiden Modellen bekannt gemacht haben, sind dies sicherlich die faszinierendsten Aspekte des Buches.

Der zweite Teil des Buches wird bezeichnenderweise „Vertiefendes“ genannt und beschäftigt sich mit konkreten Aspekten der Praxis. Hierbei werden sowohl die psychoanalytisch als auch die buddhistisch Praktizierenden angesprochen. Das erste Thema, dem sich die Autoren widmen, ist die Konstellation Traum-Trauma. Dieses wird aus der Perspektive des neu erarbeiteten „Übersetzungsraums“ Buddhismus-Psychoanalyse beleuchtet. So erklären die Autoren, wie Ideen aus beiden Denksystemen im Umgang mit Trauma-Traum-Träumen die Arbeit befruchten können, indem sie einerseits den Unterschied zwischen dem Traum als Inhalt und dem Träumen als Prozess aus psychoanalytischer Sicht näherbringen, andererseits die bewusste und unbewusste Ebene des Geistes fokussieren, um dann noch einmal den Unterschied zwischen dem „getäuschten Geist“ und dem „Geist, der schweigt“ aus buddhistischer Sicht zu beleuchten. Waren all diese Begriffe im ersten Teil des Buches eher auf theoretischer Ebene gelagert, werden sie in der Darstellung der konkreten Anwendung lebendig und greifbar.

Des Weiteren wird die psychoanalytische Beziehung beleuchtet, um die Verbindung zwischen psychoanalytischer Methode und buddhistischer Position zu verdeutlichen. Dabei wird klar, dass sich unter der Oberfläche der sehr unterschiedlich gestalteten Praxis des „analytischen“ bzw. „meditativen Wegs“ weitaus mehr Parallelität verbirgt als augenscheinlich wahrgenommen. Exemplarisch kann hier die Notwendigkeit des „Sich-Einlassens“ herausgegriffen werden, welcher in Bezug auf das Beschreiten beider dieser „Wege“ zentrale Bedeutung zukommt. Neben einigen weiteren Gemeinsamkeiten wird in diesem Buchabschnitt aber auch der wesentlichste Unterschied zwischen der psychoanalytischen Behandlung und der buddhistischen Praxis aufgezeigt.

Zuletzt werden drei ausgewählte Teishos – an Schüler gerichtete Reden – des Zen-Meisters Shunryu Suzuki präsentiert, die zentrale Themen behandeln: den „Anfänger-Geist“, die Vergänglichkeit und das Unbewusste. Unter besonderem Fokus auf den „Zwischenbereich“ der buddhistischen und psychoanalytischen Denkrichtung werden die Teishos anschließend kommentiert.

Als besonders wertvoll erscheint der Kommentar, der sich auf das zweite Teisho zur Vergänglichkeit bezieht. Die Autoren heben darin zu Beginn „die besondere Fähigkeit von Shunryu Suzuki“ hervor, „die grundlegenden Themen des Buddhismus in äußerst verdichteter Form anzusprechen“ (Zwiebel & Weischede, 2015, S.244) und verdichten anschließend selbst den Dialog der beiden Denkrichtungen in beeindruckender Weise, sodass dessen Essenz noch einmal deutlicher zum Vorschein kommt. Im Folgenden werden die Ausführungen zur Veranschaulichung ein wenig genauer vorgestellt.

Mit dem Thema der Vergänglichkeit wird der Kern der buddhistischen Lehre berührt, in dem es um die Anerkennung der Endlichkeit geht. Da der ständige Wandel und das letztendliche Vergehen jeglicher Existenz – einschließlich des Selbst – subjektiv als Unvollkommenheit bzw. als Mangel erlebt wird, kann die Anerkennung der Wahrheit nur über den Weg des Leidens erreicht werden. Wird dieser Weg umgangen, bleibt die Täuschung aufrecht, im Sinne des „getäuschten Bewusstseins“. Es wird auf Batchelors (2012) Interpretation der „Vier Edlen Wahrheiten“ Bezug genommen, nach welcher Leiden nicht die Folge – wie im traditionellen Buddhismus postuliert wird –, sondern vielmehr die Ursache von Verlangen darstellt. „Wenn etwas angenehm ist, verlangen wir danach, es zu besitzen; wenn etwas unangenehm ist, verlangen wir danach, es loszuwerden“ (Zwiebel & Weischede, 2015, S. 245). Aus der illusionären Annahme eines solchen dualistischen Prinzips speist sich das Verlangen. Die Lösung besteht dabei nicht in der Entscheidung für das eine oder das andere, sondern in der Anerkennung des prozessualen Charakters des Lebens, im Buddhistischen auch bezeichnet als der „Mittlere Weg“. Ausgehend von dieser existenziell-konflikthaften Situation und ihrer Überwindungsmöglichkeit nach buddhistischer Auffassung wird anschließend der Bogen zur Psychoanalyse gespannt, genauer zum Lust-Unlust- und Realitätsprinzip als analoge Entsprechung und zum Unbewussten, das die Vergänglichkeit nicht kennt und somit das „getäuschte Bewusstsein“ konstituiert. Auch werden Aspekte, wie die traumatische Erfahrung, das Unbehagen, die Frage nach dessen Quelle oder die Frage nach der Dauerhaftigkeit von Einsicht sowie die entwicklungspsychologische Dimension der Psychoanalyse in komplexer Verbindung zueinander und in Verbindung zur buddhistischen Position eingehend diskutiert, was die Eröffnung neuer Perspektiven auf beide Denkmodelle zulässt. Im dialogischen Sinne wird auch der (alltägliche) Umgang mit bzw. der Zugang zur Vergänglichkeit behandelt, ergänzt durch das von Freud (1915) thematisierte Phänomen der Trauer, bevor abschließend in Bezugnahme auf Elberfeld (2004) der Unterschied zwischen der Grundstimmung des Staunens und der Grundstimmung der leidenden Trauer sowie dessen Bedeutung für die westliche und östliche Philosophie und Lebenspraxis verdeutlicht wird.

„Buddha und Freud – Präsenz und Einsicht“ ist ein gelungener Versuch von Zwiebel und Weischede (2015), die Grundannahmen bzw. Arbeitsmodelle der Psychoanalyse und des Zen-Buddhismus in eine dialogische Beziehung zueinander zu bringen, die mit zunehmendem Lesefortschritt immer stärkere Vertiefung und Komplexität erfährt. Mit diesem Unterfangen finden sie sich im „Spannungsfeld zwischen dem Unsagbaren und Sagbaren, aber auch in der Auseinandersetzung mit dem Vergänglichen“ (S.17) wieder. Wohl wissend um die Schwierigkeit, die einer schriftlichen Annäherung an diese Gebiete innewohnt, gelingt es den Autoren so gut wie nur eben möglich, den Kontakt dazu

im Zuge der Ausführungen nicht gänzlich zu verlieren und den Bezug zum Erleben – zur unmittelbaren Erfahrung – immer wieder herzustellen.

Das Buch ist besonders empfehlenswert sowohl für jene, die sich mit beiden Denkmodellen auskennen und auf der Suche nach einem „Übersetzungsraum“ waren, der ihren schon stattfindenden inneren Dialog beleuchten und erweitern kann, als auch für Skeptiker, da es ein horizonterweiterndes Werk darstellt, das unter anderem das Eigene in neuem Licht erscheinen lässt. Das Buch bietet eine solide theoretische Basis für die Auseinandersetzung mit dem Buddhismus sowie der Psychoanalyse, aber vor allem für die Verbindung der beiden Systeme – liegt sein Fokus doch vor allem im Dialogischen. Praktikerinnen und Praktiker jeder Richtung können von diesem Werk profitieren.

Literaturverzeichnis

Batchelor, S. (2012). A secular buddhism. *Journal of Global Buddhism*, 13, 87-107.

Elberfeld, R. (2004). *Phänomenologie der Zeit im Buddhismus*. Stuttgart; Bad Cannstadt: Frommann-Holzboog.

Freud, S. (1915). Vergänglichkeit. *GW X*, S. 358-361. Frankfurt a. M.: Fischer.

Autorinnen

Studierende der Psychotherapiewissenschaft an der Sigmund Freud PrivatUniversität Wien

Christiane Gössinger, MSc.
chr.goessinger@gmail.com

Mag. Irina Zamfirescu, MSc., BSc.
irina.zamfirescu@sfu.ac.at