



Zusammenfassende Texte zur
Analytischen Psychokatharsis

Günter von Hummel

Rede und Sichtung

Zusammenfassende Texte zur
Analytischen Psychokatharsis

Das Umschlagsbild von T. Heydecker (semantik-art.com) zeigt ineinandergeschachtelte Gebäude, die noch zudem mit Linien und Buchstaben in komplexer Weise kombiniert sind. Damit ist das Wesen von Rede und Sichtung – was immer diese zwei Begriffe vorerst bedeuten mögen – bildlich ideal dargestellt. Es könnten Menschen in diesen Häusern wohnen und die Buchstaben könnten die Laute sein, die sie miteinander austauschen. Alles ist in blaues, abendliches oder jenseitiges Licht getaucht und manchmal kann man sogar ein Wort herauslesen: das lateinische vertigo und res zum Beispiel oder das englische night. Ganz sicher kann man nicht sein, und so verhält es sich in allen Bereichen und Wissenschaften. Man muss selbst darauf kommen, was wirklich ist. Man muss eine Selbstanalyse mit den objektiven Kenntnissen verbinden. Dazu kann das Verfahren der *Analytischen Psychokatharsis* helfen.

Die automatisierte Analyse des Werkes, um daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und Korrelationen gemäß § 44b UrhG („Text und Data Mining“) zu gewinnen, ist untersagt.

Lektorat: Franz X. Gfirtner, S. Möckel, München

Herstellung und Verlag:

BoD · [Books on Demand GmbH](#), Überseering 33, 22297 Hamburg

ISBN: 978-3-6963-3056-9

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
1. Eros (das Reale) und Religio (das Wahre)	12
2. Eine Wissenschaft v o m Subjekt	33
3. Vom Autoerotismus zum weiblichen Genießen	52
4. Bild und Sprache	84
5. Gehirn, Meditation und automatische Psychoanalyse	100
6. Verlautung und <i>Pass-Wort</i>	123
7. <i>Analytische Psychokatharsis</i>	152
8. Ökopsychoanalyse und Quantenpsychologie	175
9. Zusammenfassung und Ausblick	199

Vorwort

Ende der Zwanzigerjahre des letzten Jahrhunderts hatte Sigmund Freud dafür plädiert, dass die Psychoanalyse nicht nur von Ärzten, sondern auch von Laien praktiziert werden sollte.¹ Ja er hielt Ärzte fast eher für nicht so geeignet wie Nichtärzte, weil er überzeugt war, Ärzte würden zu sehr im naturwissenschaftlichen und materialistischen Sinne geprägt sein, und so für die Tiefen der Seele letztlich nicht so viel Gespür aufbringen wie eben Laien. Freud wehrte sich vor allem gegen die Ärzteorganisationen in Amerika, die strikt für die Beibehaltung des medizinisch-akademischen Berufs hinsichtlich der Ausübung der Psychoanalyse votierten. Der Grund dafür bestand in der dort sehr raschen Ausbreitung der Psychoanalyse auf oft sehr oberflächlichem Niveau, was Freud auch anmerkte. Doch sein Plädoyer für die Laienanalyse rechtfertigte er weiterhin.

Nun ist es nicht das alleinige Problem, von wem und wie die psychoanalytische Therapie durchgeführt werden sollte. Das gleiche bestand auch darin, dass die Psychoanalyse in absehbarer Zeit – wie es oft hieß – vorwiegend von jungen, reichen und intellektuellen Personen genutzt wurde. Es waren die Menschen aus den großen Städten, die liberal und eher linksorientiert waren, während die mehr konservativen Leute vom Land, die streng in ihren Religionspraktiken verwurzelt und in harter landwirtschaftlicher Arbeit eingespannt waren, von der Psychoanalyse nicht viel hielten, ja sie meistens gar nicht kannten. Das ist auch heute noch so, und so stellt sich berechtigt die Frage, was man tun muss, um der allgemeinen Bevölkerung dieses Therapieverfahren zur Verfügung zu stellen.

Doch es kommt noch ein drittes Problem dazu. Die Psychoanalyse hat sich nach mehr als hundert Jahren immer mehr in schulmeisterliche Akademisierung und scholastische Diskurse verwandelt, die von großen, aufwendigen Organisationen mehr verwaltet werden, als sie für wissenschaftlich freie Arbeit zugänglich zu machen.

¹ Freud, S., GW Bd. XIV, S. 209 und 287

Die Ausbildung ist strikter, die Unkosten dafür um etliches höher, und auch in der Ausübung für Krankenkassen und private Bezahler kostspielig geworden. Zudem dauert die Behandlung oft enorm lange, bis zu dreihundert oder auch sechshundert Stunden (im Extremfall auch weit über tausend) mit einem Zeitraum von drei bis acht Jahren sind notwendig. Und weiter: Von Heilung zu sprechen, ist in der Psychoanalyse schwierig, weil sie – wie Freud selbst sagte – mehr der „Wahrheitsfindung dient“ als der Therapie. Neurotisches Elend, so seine Aussage dazu, wird nur in normales Unglück verwandelt, viel mehr ist da nicht drin.

Ich habe daher in den vergangenen, dreißig Jahren ein ergänzendes, aber auch weiterführendes, Verfahren entwickelt, das ich *Analytische Psychokatharsis* genannt habe. Dieses Verfahren nutzt auch meditative Übungen. Den Zusammenhang von Psychoanalyse und Meditation habe ich bereits im Buch *Analytische Psychokatharsis* ausführlich beschrieben. Da dieses selbsttherapeutische Verfahren im Grunde genommen einfach zu erlernen ist und nicht unbedingt theoretisch komplizierte Erklärungen benötigt, fasse ich es in diesem Buch verkürzt zusammen, muss allerdings ein paar allgemeine Bemerkungen an den Anfang stellen und erklären, warum psychoanalytisches und meditatives Vorgehen kein Widerspruch sind.

Wie in einer der üblichen Meditationen muss auch der Psychoanalytiker in seiner Arbeit bei sich selbst nach innen gehen und sich dem anfänglich unbekannten Dunkel überlassen. Freud nannte dies eine „gleichschwebende Aufmerksamkeit“, mit der und aus der heraus der Therapeut seinem Klienten zuhören sollte. Die Anforderung zu einer derartigen Passivität bedeutete, dass der Therapeut in diesem Moment nicht (oder vorwiegend nicht) rational-logisch denken kann und soll. Er ist aber wach, auf die Aussagen des Patienten hin orientiert, befindet sich aber dennoch fast wie in leichter Trance. Denn es kommt darauf an, die Zwischentöne in der Rede seiner Patienten herauszuhören und nicht die absichtlich geäußerten Argumente.

Freud drückte sich hinsichtlich der „gleichschwebenden Aufmerksamkeit“ auch so aus, dass der Analytiker dem Patienten „sein

Unbewusstes als empfangendes Organ zuwenden sollte“.² Das klingt ein bisschen seltsam. Denn wie diese Art jungfräulicher Empfängnis vor sich gehen sollte, konnte Freud nicht klarer definieren. Die „gleichschwebende Aufmerksamkeit“ blieb somit in der Psychoanalyse stets etwas Problematisches. Sagen wir es so: Der Psychoanalytiker kann die vielschichtige Bezogenheit seines Patienten auf sich als den Therapeuten nur erfassen, wenn er selbst halb in Versunkenheit, aber eben für die Zwischentöne hochgradig sensibilisiert, zuhört. Denn er besitzt sehr wohl einen rationalen Hintergrund, auf den er auch zugreift, gerade wenn ihn in seiner Trance etwas wachrüttelt und weckt, das der Klient bzw. Patient sagt. Es mag ein Stocken im Redefluss sein, ein Versprecher oder ein halbes Geständnis, das die meditative Haltung des Therapeuten unterbricht. Man hat so gesehen eine besondere Art der Meditation vor sich.

Eine weitere Gemeinsamkeit zwischen Psychoanalyse und Meditation besteht auch aufseiten des Patienten in der sogenannten ‚freien Assoziation‘, in der nun der Patient oder Klient – egal, wie man ihn nennen will – reden muss, was ihm gerade so einfällt. Auch hier steht also ein Treibenlassen, ein Sprechen aus den Kulissen oder aus einer Art des meditativen Tagträumens heraus, im Vordergrund. Dieses spontane Reden, in dem der Patient jedem Einfall ebenso fast tranceartig folgen muss, erzeugt zwar viel Rede-Abfall, ähnelt aber erneut dem meditativen Vorgang. Denn in der Meditation existiert ein durchaus vergleichbares Reden, nämlich einerseits das, was der Meditierende als Hintergrundinformation zu seinen Übungen bekommen hat. Diese Informationen klingen meistens etwas geheimnisvoll, mystisch und mythisch, lassen also frei Assoziatives offen.

Vereinfacht könnte man also sagen, dass in der Psychoanalyse Therapeut und Klient gemeinsam meditieren und das Meditierte dann zusammen interpretieren. Der Psychoanalytiker A. Ferro nannte dies sogar direkt ein „gemeinsames Träumen“ zwischen

² Freud, S., G. SW. VIII, S. 381

Therapeuten und Patienten.³ Während also der Adept, der eine reine Meditation erlernt, mit dem reinen Etwas vor seinem inneren Auge, mit dem Geheiß seines Lehrers, eventuell mit dem Vorgang seines Atems oder etwas Ähnlichem das Gleiche tut, verhält er sich allerdings völlig anders als der Patient in der Psychoanalyse. Er unterhält sich nämlich mit gar niemandem, sondern führt nur das Direktiv seines Lehrers aus, indem er direkter und auch spartanischer mit dem eigenen Unbewussten umgehen muss, weil er alle persönlichen Gefühle und Gedanken zurückstellt und in der Trance nur hochkommt, was in ihm stark zur Bewusstheit drängt und er nicht aufhalten kann. Ein überrationaler Glaube an seinen Lehrer lässt ihn das aushalten.

Diese Arbeit nimmt in der Psychoanalyse der Therapeut dem Patienten ab, indem er aus den ‚freien Assoziationen‘ die nötigen Deutungen herauszieht, die der Patient jedoch auch ertragen muss. In der *Analytischen Psychokatharsis* (verkürzt in Zukunft nur noch *APK* genannt) wirkt ein zu meditierendes sprachliches *Schlüsselement*, das in einem einzigen Schriftzug mehrere sich überlappende Bedeutungen enthält, direkt und intensiv auf das Unbewusste ein. Denn es provoziert durch seine Irrationalität (mehrere sich überschneidende, aber reale Bedeutungen) die nach außen drängenden Gedanken in einer Form, die der Deutung des Psychoanalytikers entspricht. Auch hier unterbrechen dazwischen tretende Gedanken – emotionale Abwehr in der Psychoanalyse, Abfalls-Einsichten in der Meditation – das konstruktive Vorgehen. Natürlich gibt es auch Unterschiede in der methodischen Verarbeitung, im weiteren inneren Vorgehen, in der Bedeutung des Intellekts usw. Aber die *APK* kann diese Probleme vermeiden, wie ich wissenschaftlich begründet erläutern will.

In diesem Buch sind viele Artikel, die ich im Internet und in anderen Büchern veröffentlicht habe, unter vereinheitlichenden Prinzipien neu formuliert und zusammengefasst worden. Damit ist vermieden, dass man achtzig oder mehr Artikel nacheinander zu lesen

³ Ferro, A. *Pensieri di uno analista irriverente*, Raf. Cortina editore (2017)

bekommt, die völlig unzusammenhängend sind und in denen sich auch zum großen Teil – vor allem zum Schluss hin – gleiche Argumentationen finden. Der Begriff der Rede soll das unbewusste Sprechen ausdrücken, der der Sichtung dagegen mehr das bildhaft Unbewusste, zwei Wesenhaftigkeiten also, die unter verschiedenen Bezeichnungen immer wieder im Text auftauchen werden. So ist die Rede psychoanalytisch betrachtet vom Entäußerungs- bzw. Sprechtrieb, etwas Wort-Wirkendem, gesteuert. Die Sichtung hat mit dem Wahrnehmungs- bzw. Schautrieb, mit etwas Bild-Wirkendem zu tun.

Vielfach stütze ich mich in diesem Buch auf die Psychoanalyse des französischen Psychoanalytikers J. Lacan, weil dessen Ausarbeitung des Unbewussten hinsichtlich vieler Begriffe der Entwicklung meines Verfahrens sehr ähnlich ist. Lacan gilt als schwer verständlich. Dies liegt jedoch daran, dass Lacan psychoanalytische Forschung eher absurd fand, denn die Wahrheit – und dies speziell in der Psychoanalyse – sei eingebettet in eine Fiktion, man müsste sie geradezu erfinden, argumentierte er.⁴ Jedenfalls kommt die Wahrheit, Lacans Meinung zufolge, nicht durch großangelegte Studien und universitäre Untersuchungen zustande. Sie kommt aus dem Unbewussten, und zwar aus der Art, wie dort das Wissen verteilt wird. Es gilt also das Umgekehrte: Nicht noch so viel Wissen kann Wahrheit erzeugen, sondern die Wahrheit liegt darin, wie das Wissen verwendet, paralogisch verteilt und umgesetzt wird.⁵ Das Wissen muss der Wahrheit dienen und nicht umgekehrt, wie es beim „universitären Diskurs“ (bei der Art, wie die Universität damit umgeht) der Fall ist.

Die Weisheiten Lacans werden manchmal von seinen Interpreten vielleicht nicht so schlecht dargestellt, jedoch meist auf einer äußerst abstrakt-akademischen Erklärungsebene, die nun einmal

⁴ Lacan, J., *Ornicar?* 29 (1984) S. 8 - 25

⁵ Natürlich gibt es Menschen, die behaupten, die Wahrheit existiert gar nicht, vielleicht nur hie und da als Teilwahrheit. Eine Indologin sagte mir dies einmal. Dabei bedeutet der Wortstamm SAT im Indischen Wahrheit und Sein zugleich. Es gibt vielleicht keine universale, absolute All-Wahrheit, aber Wahrheit als Erkenntniskategorie gibt es schon.

ganz und gar nicht zu Lacan passt. Natürlich ist es schwierig, nicht zu seinen eher schlichten Epigonen zu zählen sondern zu den „Dupes“,⁶ den Blöden, die „auf seiner Spur“ – wie er sagte –, aber doch „mit ganz eigenen Wegen“ ihn neu begründen sollten. Die „Non Dupes“ dagegen, die „Nicht-Blöden“, die Weltklugen, die Epigonen, die ihn perfekt zu erklären versuchen, weil sie ihn perfekt verstanden zu haben glauben, liegen schon deshalb falsch, weil Lacan ja selbst gar nicht verstanden werden wollte. Jedenfalls nicht allzu schnell und nicht allzu direkt. Wenn man bei einem Redner alles versteht, meinte Lacan, schläft man ein, da einem ja alles zu bekannt vorkommt. Dagegen bleibt man wach und interessiert bei einem, den man nicht ganz mitbekommt, aber doch bemerkt, dass an seiner Rede etwas Wahres dran ist. Und das war bei Lacan ganz sicher der Fall. Einmal sagte Lacan sogar, er spreche nicht so, dass man seine Worte genussvoll aufnehme, sondern eher so, dass es zum Kotzen ist. Nur so würden sie die richtige Wirkung erzielen, weil sie die Zuhörer auf Trab hielten.

Doch so krass und kontrapunktisch wird es in meinem Text nicht zugehen. Das Verfahren der *APK* ist von seiner praktischen Seite her äußerst einfach zu verstehen und zu üben. Aber es ist auch ein gewisses Maß an Theorie nötig, insbesondere wegen des genannten *Schlüsselements*. Die Theorie erleichtert den Einstieg in das Verfahren, sodass ich sogar sage, man kann es vom Lesen des Textes her schon erlernen. Man kann es von den Internet-Artikeln her begreifen und sich selbst erüben. Dies ist vielleicht sogar ein Zugeständnis an die moderne Zeit. Man benötigt keinen Psychoanalytiker mehr, zumindest nicht mehr in dem Ausmaß hochfrequenter Langzeitanalysen. Vielleicht mag ein Einführungsabend in das Wesen der *APK* nötig sein oder auch ein gelegentliches Gespräch mit einem analytischen Therapeuten.

Vom Wissenschafts-Journalisten S. Herrmann wurden nämlich erst kürzlich zwei psychologische Studien zitiert, die behaupten, Meditation diene eigentlich nur dem Ego und Überlegenheits-

⁶ Der Begriff der „Dupes“ stammt aus Lacans XXI. Seminare „Les non Dupes errent“ (die Nicht-Blöden irren“, dessen tieferen Zusammenhang ich später noch klar legen werde.

gefühlen.⁷ Es handelt sich wieder um eines der typischen Pauschalurteile, indem die Autoren dieser Studien nicht ausreichend genug die verschiedenen Meditationsmethoden differenziert haben. In der *APK* spielt letztendlich das Analytische gegenüber dem meditativ Kathartischen die entscheidende Rolle. Das psycho-linguistische Vorgehen Lacans und der *APK* bietet die Möglichkeit, dem Unbewussten sogenannte *Pass-Worte* zu entlocken, die mit ein bisschen Rationalität überprüft das Ego zur Selbstanalyse und Eigenverantwortlichkeit zwingen können. Sie können allerdings auch Erfreuliches zur Identität beitragen, das wissen die Studienautoren nur nicht. Freilich existieren auch unlautere Methoden der Selbstoptimierung.

⁷ Herrmann, S., Im geistigen Hamsterrad, SZ vom 11./12. Juli 2020, erste Seite.

1. Eros und Religio, das Reale und das Wahre

In seiner Arbeit "Kant mit Sade" zeigte J. Lacan, dass Kant und de Sade zwar so gegensätzliche Pole sind, wie man es sich nur denken kann, aber ihre Essenzen in der gleichen Küche brauen. So ist das "moralische Gesetz", das Kant in sich verspürt hat, letztlich das Resultat eines Gleitens der Bedeutung, die von einem Begriff auf den nächsten übergeht: von der "Freiheit" auf die "Autonomie des Willens", sodann auf die "Sittlichkeit", auf die "Pflicht" und schließlich auf den "kategorischen Imperativ". Die reine Vernunft sorgt eben dafür, dass der Blick auf das sinnlich Gute durch ihre eigenen Gesetzmäßigkeiten das Wohlgefallen an der Lust mindert. "Erst in dem Augenblick, in dem das [rein vernünfteln] *Subjekt* sich keinerlei *Objekt* mehr gegenüberstellt, stößt es auf ein Gesetz, . . . das reine praktische Vernunft oder Wille ist",⁸ also auf eine abstrakte Form von sich selbst. All das heißt somit, "dass sie [die Vernunft] für keinen Fall gilt, wenn nicht für jeden". Kant vernünftelt bis zum Geht-nicht-mehr und begründet damit letztlich die Vernunft aus sich selbst heraus, aus Prinzipien der Prinzipien. Zum Schluss bleibt eigentlich nur noch der reine Vernunftmensch übrig, der prinzipielle Mensch. Die *Objekte*, um deren Erkenntnis es ging, sind gar nicht mehr nötig, sie sind vergessen, weil ohnehin nicht zu bekommen. So hat man Kants Philosophie die des Idealismus genannt. Das denkende Subjekt ersetzt die reine platonische Idee und ist so sein eigener *Anderer*.

Bei de Sade ist es genau umgekehrt: Der Blick auf das gute Sinnliche lässt alle Gesetze verschwinden. Die Lustgesetze, die er findet, gelten auf jeden Fall, sind aber für keinen zu verwirklichen. Sie sind einfach zu monströs, zu aberwitzig, zu reizüberflutend: Sie objektivieren selbst noch den bedeutendsten *Anderen*. Damit will ich sagen, dass es zwar auch das/den *Andere(n)* als solchen gibt, den bedeutenden *Anderen*, der eben auch seine eigenen Lustgesetze hat, die aber bei de Sade nur aus der Eigenlust und nicht aus

⁸ Lacan, J., Das Ich in der Psychoanalyse Freuds, Seminar Walter (1975) S. 135

gegenseitigem Spaß bestehen, und so macht die Sade'sche Philosophie ein Gemeinschaftsleben unmöglich.⁸ Es gibt nur noch *Objekte* der Lust, und de Sade verlustiert sich ad infinitum. Im Gegensatz zu Kant findet de Sade seine *Objekte* stets und überall, prinzipiell-prinzipienlos. De Sade hat – um mit Freud zu sprechen – nur noch ein *Trieb*-Ich (ein *Trieb*-Selbst), an dem die *Objekte* (seine Opfer) das „Variabelste sind“, während Kant versucht, im *Objekt* (Ding) „an sich“ vollkommen aufzugehen und kein Ich mehr zu haben. In seiner Bewunderung über den Sternenhimmel verleugnet Kant, dass es die Lust ist, die Schaulust, die ihn so überwältigt, denn sie hätte ihn noch viele andere Lüste sehen lassen (den zweiten und die noch weiteren „Himmel“), und weiß Gott, wohin er damit gekommen wäre. So verstärkt er, ja moralisiert, vergöttlicht er den einen, den äußeren, den rein astrophysikalischen Himmel!

De Sade dagegen sieht nur die Lüste, sieht nur lauter innere Himmel (die bei ihm speziell äußere Höllen sind), die Vernunft verdrängt er vollends, denn sie würde sein Paradies auf Erden stören. Schon der geringste Gedanke daran, dass ja ein *Anderer* ein wirklich *Anderer* ist, dessen Lust- oder Sozialgesetze vielleicht nach ganz anderen Prinzipien funktionieren als die seinen, macht seine „Philosophie aus dem Boudoir“, in der er sich an den Misshandlungen spießiger, prüder Frauen ergötzt, zunichte. Aber ist es bei Kant nicht umgekehrt genauso? Indem er das in ihm wirkende Lustprinzip völlig in den großartig entfalteten, in sich zigfach verschachtelten Begrifflichkeiten verschwinden lässt, macht er uns zunichte, uns kleine Erdenbürger, die wir wissen, dass es ein Lustprinzip und ein Todesprinzip gibt. Er lässt uns nur in seinem stringenten *Sprechen* zwanghaft *Schauen*, nicht ins sinnenhafte Darüber hinaus, während de Sade in seinem stringenten *Schauen* uns nur immer die gleichen Lustformeln *Sprechen* lässt, nichts anderes.

Mit den Begriffen *Schauen* und *Sprechen* habe ich zwei – Kant würde sagen: apriorische – Größen eingeführt, die ich ja schon im Titel mit Sichtung und Rede und mit Schau- und Sprech-Trieb anvisiert habe und die ich noch weiter vereinfacht ein *Es Strahlt* und ein *Es Spricht* nennen werde. Ich werde noch reichlich darauf

zurückkommen, ob man das auch so stehen lassen kann. Lacan hat diesbezüglich vom Schau- und Sprechtrieb als den elementarsten Kräften bzw. Trieben gesprochen und damit das Freud'sche Trieb-Struktur-Konzept etwas umformuliert. Aber es ist egal, wie man so etwas genau theoretisiert. Denn ohnehin ist klar, dass nach Lacan der Mensch ein in sich gespaltenes Lebewesen ist, denn das *Spricht*, der Sprech-Entäußerungstrieb, hat ihn im Gegensatz zu anderen Lebewesen und zu seinem eigenen biologischen Leben so im Griff, dass er sich nicht einfach mehr auf Instinkte verlassen kann und hinübertaumeln muss zum *Strahlt*, dem Schau- Wahrnehmungstrieb. So gibt es auch – wie schon bei de Sade und Kant zu sehen war – den uralten Gegensatz von Subjekt (das mehr dem *Spricht* zugehört) und Objekt (das mehr dem *Strahlt* zugehört).

Dieser Gegensatz, diese Spaltung ist eine *conditio humana*, die sich ja auch in dem Doppelbegriff von Rede / Sichtung widerspiegelt. Für das Kleinstkind existiert dieser Gegensatz, den man auch ein gewisses Grundtrauma der menschlichen Existenz nennen kann, jedoch bislang nicht so krass und nicht bewusst. Es hängt an der Brust der Mutter und glaubt, dass diese ein Teil von ihm selbst ist. Es selbst, angeführt vom Oraltrieb und so noch ganz Lust-Ich, Mund-Ich, verschmilzt mit diesem Brust-Objekt zu einer scheinbaren und kurzfristigen Einheit. Und wenn es diese Schein-Einheit nicht herstellen kann, wird es aggressiv schreien und um sich strampeln. In diesem Buch wird es immer wieder darum gehen, diesen Ur-Komplex (Freud nannte ihn den Kastrationskomplex, indem er diese Spaltung auf das Sexuelle bezog) in seiner Enge, Kompaktheit zu belassen, ihn aber gleichzeitig auf eine hohe Ebene des Bild- / Sprachlichen, der Rede / Sichtung, des *Strahlt* / *Spricht* zu überführen.

Der religiöse *Signifikant*

Gesellschaft, Kultur oder Religion, ja der Mensch als solcher beginnen also mit den bereits in Symbole gekleideten, *Signifikant*-Erinnerungen, die durch diese Kräfte des *Strahlt* und *Spricht* bestimmt werden. Ein Tier erinnert sich nicht an einen seiner verstorbenen Ahnen, aber das Menschsein fing mit den ersten

Begräbnissen und animistischen Deutungen an. Der Mensch fing an, jemanden zu bestatten, den man in der Erinnerung behielt, und so musste man auch ein Symbol, einen *Signifikaten* dafür haben. In Thailand baut man sich auch heute noch kleine „Geisterhäuschen“ draußen am Gartentor. Dort können die Ahnen einkehren, ohne den Lebenden in ihren Häusern zu nahekommen zu können. Aber einem vielleicht großen, bedeutenden Ahnen, den man doch noch gerne auch weiterhin bei sich und in der Nähe behalten hätte, erstellte man einen Altar in der eigenen Wohnung. Er war somit das erste als unvergesslich erachtete menschliche Wesen, der erste Gott. Erschütterung, Trauer, Jenseitsphantasie, und erste all dies bestätigende Worte waren somit der Anfang des Religiösen.⁹

All dies begann wahrscheinlich schon in der Zeit der Neandertaler (oder gar davor), die zu Recht bereits als vollwertige Menschen, als *hominii sapiens* angesehen werden und von denen man Gräber entdeckt hat. In dieser Phase herrschte ein animistisches Fühlen und Denken vor, in dem man zu glauben begann, dass es auch woanders, jenseits, dahinter-und-drüber-hinaus ein „Etwas“ geben könnte. Dieses „Etwas“ wurde – wie ich an anderen Stellen noch erwähnen werde – nicht nur zu einem Altar in der Wohnung, sondern auch zu einem Identitätswort (Losungswort), was nach sprachwissenschaftlichen Erkenntnissen überhaupt die ersten Worte waren. Diese mit starken Erfahrungen verbundenen Symbole nennt man in der Psychoanalyse eben auch *Signifikanten*. Sie sind nicht nur Sichtung und Rede, sondern beides in einem. So könnte man sagen, dass auch schon die Neandertaler etwas *APK* betrieben haben. Denn sie konnten nur sehr rudimentär sprechen, dafür aber wohl *signifikanter*, als wir es uns denken.

Doch diese also nicht mehr so leicht und einfach zu vergessenden, animistisch beseelten Ahnen (denn man sah sie wiedergeboren im Wehen des Windes, im Rauschen des Flusses und im Rascheln der Blätter, etc.) und die mit ihnen verbundenen Identitätsworte

⁹ Ich komme noch auf Freud zurück, der Gott aus einem Schuldgefühl durch den Mord am Vater zurückführt. Das ist sicher ein häufig anzutreffendes psychologisches Motiv. Aber es gibt vielleicht doch noch andere.

wurden noch lange vor Beginn großer Hochkulturen vor ca. 10 000 Jahren von mehreren definitiven Clan-Göttern abgelöst. Die Menschen fingen an, sich in größeren Verbänden zusammenzufinden, nicht mehr in den kleinen ursprünglichen Gruppen von ca. 8 bis 20 Individuen umher zu ziehen und eine komplexere Sprache zu sprechen.¹⁰ Aus dem Clan wurden größere Stämme, ein kleines Volk, und so entwickelten sich also polytheistische Völker (wie wohl die Mehrzahl aller frühen Kulturen einen Vielgötterhimmel besaß) oder es herrschte – so wie im alten Ägypten – ein Kosmotheismus vor. Und heute?

Heute haben schon viele Menschen aufgehört, an einen Gott zu glauben, und andere bekämpfen sich noch bis aufs Blut um die wahre Religion, obwohl diese selbst schon vollkommen in Riten und Ideologien erstarrt ist. Die Frage erhebt sich: Was ist überhaupt real und was ist wahr? Wie soll man überhaupt anfangen zu denken? „Das Wahre“, meint Lacan, „ist das, was man einfach so glaubt: Der Glaube und speziell der religiöse Glaube, also solch Wahres, hat aber nichts mit dem Realen zu tun!“¹¹ In den Religionen hat sich die Unklarheit hinsichtlich des Wahren und Realen noch weiter kompliziert und verfestigt, und heute ist es damit also nicht besser geworden. Wir bestatten die Menschen oft ohne große Gefühle und ohne Auswirkungen auf unser Gedenken oder unsere Wertschätzungen, weil wir diesen Zusammenhang von wahr und real nicht mehr so wie früher in dichten und großen Worten herstellen können, aber einen Ersatz haben wir auch noch nicht gefunden. Denn die Religion war immerhin großartige Dichtung.

So schreibt C. Schüle in der ZEIT vom 8. 11. 2012, dass die „Zergliederung des Todes durch Professionalisierung den Menschen

¹⁰ Die Neandertaler konnten noch keine Frikative und Verschlusslaute bilden, hatten also eine sehr einfache rudimentäre Sprache, während die Cro-Magnon-Menschen bereits alle Vokale und Konsonanten unserer Zeit beherrschten. Hier muss irgendwo der Übergang vom Animismus zum Polytheismus stattgefunden haben.

¹¹ Lacan, J., Seminaire 25: Le *Vrai* c'est ce qu'on croit tel : la foi et même la foi religieuse, voilà le *Vrai* qui n'a rien à faire avec le *Réel*!

an und nach seinem Ende zu etwas Unbrauchbarem degradiert wird – der Tote als Ware, das Tote als Müll.“ Ohne liebevolles Zurerinnern, ohne Würdigung. Wir haben überhaupt kein so gutes Gedächtnis mehr. Große Teile aus den Dichtungen Homers konnten noch vor ein paar Tausend Jahren die Menschen frei rezitieren, ohne je schriftliche Vorlagen besessen zu haben. Platon konnte die Dialoge des Sokrates aus dem Hörensagen und eigenen Erfahrungen fast lückenlos zusammenstellen, und auch die Aussagen von Jesus sind erst zig Jahre später aus der Erinnerung heraus aufgeschrieben worden. Die Worte waren mit dem realen Leben und den wahren Erfahrungen noch so unmittelbar verbunden. Sie waren noch Wort und Bild zugleich. Damals hatte die Religion noch etwas Wahres an sich und der Eros war noch authentisch.

Was wir also heute brauchen, sind neue *Signifikanten*, neues Wort und Bild, neue Rede und Sichtung. S. Freud wollte die Entwicklung der Religion auf den Vtermord stützen. Weil die prähistorische Brüderhorde, die Nachfahren, den Vater umgebracht hätten, wurde der Ermordete später aus Reue und Schuldgefühl zu einem Gott erhöht. Diese psychologische Version der Gottesentstehung hat Freud auch auf Moses, den Begründer der jüdischen Religion, anzuwenden versucht, aber bis heute hat sich diese These – zumindest was die wirklichen historischen Grundlagen angeht – nicht durchgesetzt. Sie ist zu unglaublich, obwohl sie generell in vieler Hinsicht und vor allem psychologisch nicht unplausibel ist. Doch es steht nirgendwo geschrieben, dass Moses umgebracht und irgendwo schnell verscharrt wurde. Möchte man eine psychologische Interpretation aufrechterhalten, müsste man nur dem Schuldkomplex auch noch einen Schamkomplex zuordnen. Denn dann wäre vieles, nicht nur die Religionsentstehung, logischer zu erklären.

Schuld-Scham-Komplexe treten fast immer so kombiniert auf, so dass der eine nicht ganz ohne den anderen bestehen kann. Die Freud'sche Psychoanalyse orientiert sich jedoch betont am Schuldverhalten. Dabei ist es meistens so, dass jemand, der sich schuldig fühlt – und sei es auch unter einem äußeren, ganz ungerechtfertigten Druck – diese Schuld auf andere zu projizieren

sucht, und sich mit Alibis selbst vor sich entlastet. Erst das Hinzutreten einer Schamkomponente gibt dem Schuldkomplex sein unbewusstes, vielschichtiges Gesicht. Während man schuldig ist vor dem Gesetz, vor dem Mächtigen, vor dem *Wort* des bedeutenden *Anderen* (großgeschrieben), schämt man sich vor den (kleingeschriebenen) anderen seinesgleichen. Man schämt sich seiner Minderwertigkeit, seiner vor den anderen sichtbar gewordenen Begierden, seiner angeblichen Schmutzig- und Nichtigkeit, während man sich schuldig fühlt eines Verbrechens, einer bösen Tat, gegen das wortbezogene Gesetz. Und doch hängt beides eben zusammen, echt *signifikant*.

Das Schuldgefühl dem Vater gegenüber, weil man ihn als Sohn von der Mutter wegdrängen wollte geht doch einher mit der Scham, wenn das Begehren des Sohnes nach der Mutter entdeckt wird. Dies war der Inhalt von Freuds Ödipuskomplex, bei dem man die Schamkomponente meist nicht so herausgearbeitet hat. Denn so gesehen hat man Moses nicht umbringen müssen, um ihn später zu einem Gott zu erheben, es hat doch genügt, dass man sich den perversen Sexualkulten um das „Goldene Kalb“ und Ähnlichem zugewandt hat, und sich eines Tages der Scham bewusst wurde, wenn andere (aus dem gleichen Stamm) einen bei diesen Sexorgien erwischten. Wären wir nicht schuldig und müssten wir uns nicht schämen, wären wir überhaupt nicht auf die Idee gekommen, einen Gott zu erfinden. Wir hätten nie einen gebraucht. Wir hätten allerdings mehr und intensiver Menschen in liebevoller Erinnerung behalten müssen (und können müssen), und da liegt das Problem. Denn auch bei ihren Ahnen in der Frühzeit der Menschheit hat es schon Verwicklungen gegeben, wenn man nicht rein und klar gedacht, gefühlt und erinnert hat. Wenn das Wichtige fehlte: das Bewusstwerden, wie alle diese *Signifikanten*, diese Schau- und Sprechtrieb-Komponenten, dieses *Strahlt* und *Spricht*, Sichtung und Rede zusammenhängen.

Rein psychoanalytisch bedeutet das *Strahlt*, (freudianisch gesehen) den nicht auszuhaltenden Blick des Vaters, wenn der Sohn ihn beim Intimverkehr mit der Mutter beobachtet hat, oder der Sohn sich von diesem Blick beobachtet fühlte und dachte. Deswegen hat der überhöhte Vater, der Gott, ein den Gläubigen blen-

dendes Antlitz, in das man nicht schauen kann. Es *Strahlt* einfach zu grell, um auf diese Weise die göttliche Wortkraft ganz in den Vordergrund zu stellen. In der *APK* dagegen wird das *Strahlt* in seiner kreativen, erhellenden und eben kathartischen Funktion verwendet. Die Höhe der Katharsis ist dabei begrenzt und dient nur dazu im weiteren Verlauf der Übungen des Verfahrens zum *Spricht* hin zu wechseln.

Das *Spricht* – erneut psychoanalytisch gesehen – bezeichnet das Verbot und seine in der Sprechlust lustvolle Übertretung. Auch hier ist die Verwendung in der *APK* anders: Sie erscheint als direkter Ausdruck aus dem Unbewussten, wozu ich erst später genauer Stellung nehme. Ob man diese beiden Prinzipien, Triebe, Kräfte, Sichtung und Rede, *Strahlt* und *Spricht* als die zwei Grund-*Signifikanten* benennt und versteht, ist eigentlich egal. Der Begriff *Signifikant* stammt aus der Sprachwissenschaft, der Linguistik. Dort unterscheidet man das Signifikat, die reine Bezeichnung, vom *Signifikanten*, dem Bezeichner oder dem bedeutungstragenden Element. Ich verwende hier auch die Begriffe des Bild-Wirkenden (bildhafter, imaginärer *Signifikant*) und des Wort-Wirkenden (worthafter, verbaler *Signifikant*), denn beide, das *Strahlt* und das *Spricht* haben eine enge Beziehung zum Realen.

In der Psychoanalyse spielen die Signifikate (die ich also mehr dem *Strahlt* zurechne) praktisch keine solche Rolle, weil Wörter mehr als Bezeichnungen für etwas, als Etikette, Aufkleber, Emojis, verwendet werden, während die verbalen *Signifikanten* eine hohe Wortdichte, Wortbrisanz und -triftigkeit erreichen und daher der Schwerpunkt der Psychoanalyse auf ihnen liegt. Daher muss man hier darauf achten, wie allein die *Signifikanten* – und nicht so sehr die Signifikate – selbst untereinander kombiniert sind. Nochmals anders gesagt: Wie Sichtung und Rede, *Strahlt* und *Spricht* zusammenhängen, muss geklärt werden. Wie die *Signifikanten* sich gegenüberstehen oder zusammenwirken, muss man durch den sogenannten Übertragungsvorgang (der Patient überträgt Gefühle und Bedeutungen inadäquater Art auf den Analytiker) herausfinden und interpretieren (die Bedeutung enthüllen). So finden also sehr starke, evtl. affektiv aufgeladene Erfahrungen (Sichtung) und Wort (Rede) zusammen.

Noch vereinfachter ließ sich dies alles an der Philosophie John Lockes ablesen. Für Locke sind die eigentlichen Wesenheiten, „die der Mensch in seinem Geist wahrnimmt und die ihm als dort befindlich bewusst sind“ die Ideen. Das ist nicht ganz so wie bei Platon gemeint (reine geistige Bilder), sondern bei Locke sind das eigentlich *Signifikanten*. „Dreieck“, „Dankbarkeit“, „Mord“ (Locke, Essay II, 12/4) sind solche Ideen, und an dieser großen Verschiedenartigkeit kann man schon ablesen, dass es bei Locke wie in einer Psychoanalyse zugeht, wo der Analysand (Patient) derartige Assoziationen in seinem Redefluss beisteuern könnte, ohne den wahren Zusammenhang dieser völlig verschiedenen Worte zu erkennen. Und das heißt ja, ohne sie in ihrem Wesen als *Signifikanten* zu erfassen und zu begreifen. Denn durch weitere Assoziationen, Einfälle, Erzählungen von Träumen etc. kann der Analysand zusammen mit seinem Therapeuten zu der Enthüllung kommen, dass das „Dreieck“ von Vater, Mutter und Kind aus Problemen, die mit „Dankbarkeit“ oder deren Gegenteil zu tun und im Patienten einen „Mord“-Wunsch ausgelöst haben, den er bisher verdrängt hatte. Dann ist plötzlich aus dem reinen Gewurrle, Gemisch und Gewühl von *Signifikanten* ein klar aussprechbarer Satz geworden, eine Erkenntnis, ein Aha-Erlebnis, ein echtes Begreifen.

Denn genau um dieses Begreifen ging es auch in der althergebrachten Religion. Gehen wir davon aus, dass z. B. auch der Gott der Mosesreligion ein derartiges Gemisch und Gewühl von *Signifikanten* war. Da gab es zuerst den Gott der Ahnen, den Gott Abrahams, oder vielleicht auch nur eine Erinnerung an einen der frühen hebräischen Ahnen. Dann spielte ja auch der ägyptische Pharao, Gottkönig und Herrscher im Leben des Moses, eine große Rolle. Moses war ja am Hofe akkreditiert, tötete aber einen Ägypter und musste fliehen. Sodann existierte im Leben des Moses auch noch Jethro, der midianitische Oberpriester und schamanistische Guru, zudem Moses' Schwiegervater. An welchen Vatergott, Meisterlehrer, großes männlich-patristisches Vorbild sollte sich Moses also gehalten haben? An den Angstgott Pharao, den Totengott Jahwe (vor der Dornbuschszene war Jahwe für Moses ja nur ein traditionalistischer Ahnengott) oder den Erosgott aus Midian? Aus diesem Gewirr von Assoziationen konnte sich nur eine