

# Erwachen

## Ein leibzeitliches Übergangsphänomen

Anna Maria König

### 1. Einleitende Vorbemerkungen

Jeder Mensch kennt das Gefühl des morgendlichen Erwachens. Es ist Teil des Lebens, am Abend müde in den Schlaf zu sinken und morgens aus eben diesem wieder zu erwachen, weshalb sich Erwachen als Alltagsphänomen, welches den Übergang vom Schlaf- in den Wachzustand bedeutet, beschreiben lässt. Gemeinhin begegnet man bei der Beschreibung solcher Alltagsphänomene der Schwierigkeit, dass sich eine trügerische, oftmals unbemerkte Selbstverständlichkeit in das Verstehen von ihnen einschleicht und sich folglich gerade das Alltägliche, hinsichtlich seiner Beschreibbarkeit, als herausfordernd erweist.

Erwachen steht naturgemäß in engem Zusammenhang mit dem Einschlafen, da das wache Alltagsleben mit ihm versiegt, um im Erwachen neu anzuheben. Für gewöhnlich wird daher Einschlafen auch als ein Verlust empfunden, nämlich der des Bewusstseins, zumindest jenes des Wachzustandes. Einschlafen bedeutet den eigentümlichen Verlust sowohl der körperlichen Kontrolle und des inneren Antriebs als auch von gewohnten bewusstmäßigen Abläufen wie etwa die eines gerichteten Willens oder der Intentionalität. Einzuschlafen bedeutet somit ein Stück weit das *Verlustiggehen* des eigenen Selbst. Das Erwachen, so lautet die diesem Beitrag vorangestellte These, bedeutet dagegen einen leiblich vermittelten Übergang vom Schlaf- in den Wachzustand und zugleich einen *Rückgewinn* meiner Selbst und meiner Welt.

### 2. »Auf der Suche nach der verlorenen Zeit« (Marcel Proust)

Der französische Schriftsteller Marcel Proust beschreibt an einer Stelle seines berühmten Werkes »Auf der Suche nach der verlorenen Zeit« das jedem Menschen vertraute Gefühl des Erwachens aus dem

Schlaf. Dabei illustriert er das Erleben des *sich erinnernden Körpers* und beschreibt ihn als »treue[n] Wächter einer Vergangenheit, die [s]ein Geist niemals hätte vergessen dürfen« (Proust 2013, S. 13). Den erfolglosen Erinnerungsversuchen des Geistes stellt er jene des Körpers gegenüber. Dieser, so schreibt Proust, verfüge offenbar über ein ganz eigenes Gedächtnis und sei in der Lage, im Erwachen ein bewusstes Erinnern als sekundäre Erinnerungsinstanz zu aktivieren. Proust beschreibt den Körper also als eine Art *Orientierungsinstrument*, mit welchem es gelingt, den sich im Erwachen öffnenden Raum wiederzugewinnen. Mittels des Körpers, genauer seines Gedächtnisses, lässt sich erinnern und rekonstruieren, in welcher Wohnung, in welchem Bett man am Abend zuvor eingeschlafen ist. Im Moment des Erwachens gilt es, sich die eigene bewusste Zeit wieder *anzueignen*, die einem im Moment des Einschlafens zu entgleiten schien. Die Frage, die sich an diese Beobachtung anknüpft, lautet, ob der Schlaf mangels des *Bewusst-Habens* der Zeit tatsächlich als *zeitloser* Zustand zu sehen ist. Proust gibt einen wichtigen Hinweis für die Beantwortung dieser Frage, indem er die Verknüpfung von Leib und Zeit zur Sprache bringt.

### 3. Der Leib: Subjekt der Wahrnehmung und Rückzugsort

In seiner Beschreibung misst Proust offenbar dem Leib eine wesentliche Rolle im Erwachen bei. Ihm scheint es dabei nicht um eine objektivierende Beschreibung der Funktionen seines *Körperapparates* zu gehen, sondern um die eigene Empfindung und Wahrnehmung des Erwachens am Morgen. Der Phänomenologie gilt der Leib als »Bedingung der Möglichkeit überhaupt, eine Perspektive auf die Welt haben zu können« (Zahavi 2007, S. 61). Jedes perspektivische Erscheinen setzt voraus, dass das erfahrende Subjekt selbst in Bezug zum Raum und zu den wahrzunehmenden Objekten steht. Die Leiblichkeit, die es einem ermöglicht, stets eine räumliche Position einzunehmen, stellt diesen Bezug her. Dem Leib kommt aufgrund seiner *Beschaffenheit* eine zentrale Rolle bei der Wahrnehmung der Welt zu, da nur er die »Doppelaufgabe« (Kristensen 2012, S. 24) erfüllt, als gegenständlicher sowohl Teil der Welt zu sein als auch ein Verhältnis zu dieser stiften zu können. Für Merleau-Ponty fungiert der Leib als Vermittler zwischen wahrnehmendem Subjekt und wahrgenommenem Objekt, da beide sich gegenseitig im Leib »als Vollzugsort der Zu-

eignung von wahrgenommenen Phänomenen« (Schmid 2005, S. 37) konstituieren. Er sieht in der Leiblichkeit die Gegensätze von Natur und Bewusstsein, Innen und Außen, Subjekt und Objekt überwunden und findet in ihr so das konstitutive Moment des menschlichen »Zur-Welt-Seins« (*être-au-monde*) (Merleau-Ponty 1966, S. 102). Sein Begriff des *Zur-Welt-Seins* meint, dass die Existenz des Menschen durch das leibliche *Verankertsein* in der Welt charakterisiert ist, da der Leib dem Ich die Welt sinnlich wahrnehmend vermittelt. Begrifflich impliziert das *Zur-Welt-Sein* daher immer auch die Leiblichkeit des Subjekts, denn *Zur-Welt-Sein* bedeutet, die Welt mittels des eigenen Leibes, mittels der eigenen Sinne wahrzunehmen und ihr gegenüber geöffnet zu sein. (Gugutzer 2002, S. 76) Der Leib als Träger der Existenz begründet somit eine Offenheit, die die Möglichkeit der Wahrnehmung als einen ursprünglichen Zugang zur Welt bedeutet. (Mörth 1991, S. 80) Ohne Leib kann die Welt nicht erkannt werden, denn der Leib ist, so Merleau-Ponty, »in der Welt wie das Herz im Organismus: er ist es, der alles sichtbare Schauspiel unaufhörlich am Leben erhält, es innerlich ernährt und beseelt, mit ihm ein einziges System bildend« (Merleau-Ponty 1966, S. 239).

Der eben explizierte Gedanke, dass der Leib auf eine ursprüngliche Einheit des Menschen mit der Welt verweist und in Bezug auf die Wahrnehmung als Bedingung der Erkenntnis von Welt erachtet werden kann (Mörth 1991, S. 76), ist in Verbindung mit Merleau-Pontys Ausführungen über den Leib als *ursprüngliche Intentionalität* zu verstehen. *Intentionalität* in diesem Sinne meint ein *leibliches Abzielen* auf die Dinge, durch die sie einem in der lebendigen Erfahrung gegeben werden.

»Die Welt entdeckt sich im menschlichen Leib, indem der Leib sich auf diese Welt hin entwirft und mit seinem Entwurf Sinn in die Welt bringt bzw. der Welt den Raum gibt, sich sinnhaft zu zeigen.« (Schmid 2005, S. 39)

Als leibliches Wesen ist man auf die Welt, auf die Dinge hin gerichtet und erlebt diese nicht nur pathisch-passiv. (Günzel/Windgätter 2005, S. 591) Vielmehr konstituiert sich die Wirklichkeit aus einem pathischen und einem intentionalen Moment der Wahrnehmung. (Fuchs 2000, S. 139) Vermittels seiner sämtlichen Sinne ist der Leib »nicht [...] eingeschränkt auf ein rezeptives, bloß empfangendes Vermögen, sondern lebendige Vermittler-Tätigkeit« (Günzel/Windgätter 2005, S. 589). Intentionalität meint in dieser *Vermittler-Tätigkeit* das Vermögen, praktisch zur Welt zu sein, wobei hier nicht bewusste, ziel-

gerichtete Handlungen eines Subjekts gemeint sind, sondern die jeglicher Bewusstseinsleistung vorgeordnete, leibliche Gerichtetheit. Die *ursprüngliche Intentionalität* ist also eine leibliche Intentionalität, die im Wahrnehmungsgeschehen der eigenen, willentlichen Setzung vorausgeht. (Gugutzer 2002, S. 80–82)

»Es ist der sinnlich-sinnhafte Bezug des Menschen zur Welt, der als ›unbewusst‹ bezeichnet werden kann: im Sinne von ›unterhalb‹ oder ›vor‹ dem Bewusstsein liegend.« (Günzel/Windgätter 2005, S. 585)

Ein zentraler Gedanke, der sich mit Prousts Beschreibung der Rolle des Körpers außerdem ins Bewusstsein drängt, ist die *Ständigkeit* des Eigenleibes. Dass man nicht nur seinen Leib im Wachzustand bewusst *haben* kann, sondern während eines unbewussten Zustandes auch ständig *ist*, wird etwa dadurch klar, dass man auch im Schlafzustand Berührungen intensiv empfinden kann. Auch Hitze oder Kälte können einen während des Schlafes leiblich bedrängen und einem eine unruhige Nacht bescheren. Während des Schlafes dient der Leib als Rückzugsort. In ihn zurückgezogen, bleibt der Leib auf diese Weise einziges Medium des Selbstausdruckes. *Ich* bin es, die im Bett liegt und schläft. Meine abgesunkenen Bewusstseinsleistungen machen auch andere nicht glauben, dass im Bett lediglich meine äußerliche körperliche Hülle liege. Im Zustand des Schlafes ist mein Leib bleibendes unhinterfragtes Ausdrucksmedium meiner selbst. Auch im Zustand psychischer Erkrankung kann der Leib letztes Ausdrucksmedium einer Person sein, weshalb Merleau-Ponty einen entsprechenden Vergleich zwischen dem Erwachen und einem von Binswanger beschriebenen Fall von Aphonie zieht. (Merleau-Ponty 1966, S. 192–198) Unter psychogener Aphonie versteht man laut ICD-10 (= International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) die Unmöglichkeit zur Phonation bzw. das plötzliche Wegbleiben der Stimme. Der Leib, der das Vollzugsmedium der eigenen Existenz ist, kann in solchen Situationen zum zentralen *Sprachrohr* einer Person werden.

»In dieser Seinsform bekommt nun aber die Sphäre der Leiblichkeit, die sonst entweder einen stillen Horizont oder einen [...] lauten Vordergrund [...] darstellt, eine neuartige Bedeutung. Sie wird jetzt [...] der eigentliche Schlupfwinkel unseres Seins.« (Binswanger 1947, S. 147)

Binswanger beschreibt diesen Zustand als eine *Zurückgezogenheit* in die eigene Leiblichkeit. (Binswanger 1947, S. 147) Zurückgezogenheit

meint in diesem Zusammenhang allerdings gerade nicht, dass ich mich *hinter* dieser meiner Leiblichkeit noch einmal verstecken könnte, so als wäre mein Leib ein verfügbares und vorführbares Medium, durch welches es mir gelänge, meine wahren Gefühle nach außen hin zu tarnen, ihnen eine leibliche Maske aufzusetzen. Zurückgezogenheit in die eigene Leiblichkeit meint, dass der Leib unter der Bedingung des *Ausfalls* anderer existentieller Vollzüge »das einzige Ausdrucksfeld des Menschen bleibt« (Binswanger 1947, S. 149).

Auch Waldenfels bezieht sich auf das von Binswanger ausgeführte Beispiel einer unter Aphonie leidenden jungen Frau und betont, dass die Aphonie nicht nur äußerlich bezeichnet, was schon vordem und außerdem eine innere Wirklichkeit hätte. Diese daher als bloßen *Ausdruck* einer negativen Emotion zu bezeichnen, wäre ebenfalls missverständlich, da diese Bezeichnung vermuten lassen könnte, dass sich die *inneren* Gefühle der jungen Frau in einem weiteren Schritt, nämlich in der Aphonie, auch äußerlich realisieren. Unter Bezugnahme auf Merleau-Ponty meint Waldenfels, dass dessen »Ausdruckslehre« (Waldenfels 2000, S. 224) keinen Dualismus von Innen und Außen zulässt. (Waldenfels 2000, S. 224) »[D]as Ausgedrückte realisiert sich im Ausdruck selbst, es inkarniert sich, es ist ein verkörperter Sinn und keine äußere Kundgabe.« (Waldenfels 2000, S. 224) Aphonie kann daher nicht als bewusste willentliche Sprachverweigerung verstanden werden, sondern als *leib-sprachlicher* Ausdruck – im Fall der jungen Frau als *leib-sprachlicher* Ausdruck der Weigerung, mit ihrer Mutter zu sprechen. (Waldenfels 2000, S. 223) Merleau-Ponty beschreibt dieses Verhalten als die »Verweigerung der Koexistenz« (Merleau-Ponty 1966, S. 192) mit einer bestimmten Person, da er, wie gesagt, den Leib jederzeit als »Ausdruck der Modalitäten der Existenz überhaupt« (Merleau-Ponty 1966, S. 193) versteht.

#### 4. Wachen – der gerichtete Leib

Ruzicka unterscheidet zwei Formen des Wachseins, nämlich *pathisches Wachsein* und *aktives Wachsein*. Auch wenn pathisches Wachen nicht völlig gleichzusetzen ist mit Schlaf, da pathisches Wachsein auch im Wachzustand erlebt werden kann, lässt sich sagen, dass alles Wachsein, von dem während des Schlafes die Rede sein kann, gleichbedeutend mit pathischem Wachsein sein muss. Im Schlaf bin

ich nicht in der Lage, mich willentlich auf etwas zu richten, mir etwa eine positive Erinnerung ins Bewusstsein zu rufen. Vielmehr überkommen mich Träume, Gefühle usw. während des Schlafes, ich bin ihnen in gewisser Weise eben pathisch ausgeliefert. Auch im Wachzustand kann ich eine pathisch Wachende sein, wenn sich mir plötzlich eine kraftvolle Affektion aufdrängt. Zwischen der pathischen Wachheit während des Schlafes und der pathischen Wachheit im Wachzustand muss jedoch unterschieden werden, da mir im Schlaf eine aktive Intentionalität gänzlich unmöglich ist, im Wachzustand hingegen die Möglichkeit einer aktiven Intentionalität ständig besteht.

»Wünschen, Strebungen [...], aber auch Schmerzen, ist es eigentümlich, [...] [sich] von selbst ›ins Bewusstsein‹ zu drängen, das gilt ebenso für Stimmungen, die uns überkommen, für Tagträume und Einfälle aller Art. Alle diese Erlebnisweisen sind nicht aktiv hervorgebracht, sie drängen sich auf, wir sind ihnen ausgeliefert, und doch schlafen wir nicht, denn wir können gleichzeitig zielgerichtet unseren Körper bewegen und wahrnehmen.« (Ruzicka 2015, S. 38)

Diese Ausführungen Ruzickas entsprechen der Beschreibung des Leibes als »Möglichkeitsbedingung unserer perzeptiven Intentionalität« (Zahavi 2007, S. 103). Husserl versteht den Leib als »Zentrum aller Handlung, und zwar aller unmittelbar intuitiven Handlung des Subjekts [...]; bei allem Wirken in der Welt ist er das unmittelbar frei Tätige und das Zentrum alles ›Wirkens‹ im ursprünglichen Sinne in Beziehung auf andere Objekte der Welt« (Hua 5, S. 124)<sup>1</sup>. Das Aktsubjekt ist kontinuierlich auf sein Aktthema, das meint sein intentionales Ziel, gerichtet, »und in der normal verlaufenden Wahrnehmung haben wir zugleich das Beispiel einer fortgehenden Auswirkung einer Aktintention, und zwar in dem ausgezeichneten Modus der leibhaften Verwirklichung« (Hua 9, S. 411). Die Aktintentionen sind also wesentlich nur in Verbindung mit dem Leib zu verstehen. Es lässt sich davon ausgehen, dass eine bestimmte Form des Leibbewusstseins wesentlich alle Intentionalität mitkonstituiert, insofern »unsere Erfahrung von Wahrnehmungsobjekten [...] begleitet [ist] von einem mitfungierenden, aber unthematischen Bewusstsein der Position und

---

<sup>1</sup> Im Folgenden werden die Werke von Edmund Husserl gemäß der Gesamtausgabe »Husserliana: Edmund Husserl Gesammelte Werke« mit der Abkürzung »Hua« und der jeweiligen Bandnummer angegeben.

Bewegung des Leibes, das als kinästhetisches Bewusstsein bezeichnet wird« (Zahavi 2009, S. 103). Husserl bringt damit zum Ausdruck, dass die Bewegung des eigenen Leibes die Erscheinungsweisen von allem und jedem revolutioniert. (Hua 11, S. 299) Zahavi bezeichnet dieses Mitfungieren als »eine Form leiblichen Selbstbewusstseins« (Zahavi 2009, S. 103). Anders gesagt: »[D]ie Erfahrung und Konstitution von Gegenständen impliziert eine gleichzeitige Selbsterfahrung und Selbstkonstitution« (Zahavi 2009, S. 109). Für Husserl ist klar, dass sich ein Gegenstand meiner Wahrnehmung als solcher nur dadurch konstituiert, »daß seine Erscheinungen kinästhetisch motiviert sind« (Hua 11, S. 15).

Da also jeglicher intentionale Akt das kinästhetische Bewusstsein voraussetzt, ist diesem besonders im Hinblick auf das Erwachen, welches als Wieder-Anheben jeglicher Intentionalität verstanden werden muss, besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Das leibliche Selbstbewusstsein muss als Bedingung der Möglichkeit des Erwachens und somit des Anhebens intentionaler Bewusstseinsleistungen vorausgesetzt werden. Kühn konstatiert, dass »die freie Aktivität auf der Ebene der intentionalen *cogitationes* [...] mithin dieses unmittelbare Verfügen-können über meinen Leib mit seinem vorreflexiv leiblichen Bewußtsein voraus[setzt]« (Kühn 1998, S. 53). Ohne den Leib, ohne seine »Sinnlichkeit als die sich selbst-affizierende Lebensaffektion wäre keine Welt, denn sie bildet sich von meiner Leiblichkeit her sowie durch diese vor aller bewußten Welterscheinung« (Kühn 1998, S. 53).

Wenn also aufgezeigt wurde, dass sich die Aspekte des bewusstseinsmäßigen Wachens von den leiblichen Aspekten der Wachheit unterscheiden lassen, so scheint dennoch klar zu sein, dass sich diese beiden Komponenten nur bedingt gesondert voneinander behandeln lassen. Wenn man Husserls Worte, dass »unser natürliches waches Ichleben [...] ein beständiges aktuelles oder inaktuelles Wahrnehmen« sei und dass, »[i]mmerfort die Dingwelt und in ihr unser Leib wahrnehmungsmäßig da« (Hua 3/1, S. 81) seien, ernst nimmt, so darf und muss man Wachsein in diesem umfassenden, auch leiblichen Sinn verstehen.

## 5. Schlafen – der zurückgezogene inaktive Leib

Husserl beschreibt den Schlaf als ein Vorkommnis der Menschen in der Welt, er ist selbst ein »Modus des menschlichen Lebens« (Hua 29, S. 335). Schlaf bedeutet bewusstseinsmäßig immer eine Grenzerfahrung. »Im Empfinden erlebt der Empfindende sich selbst und die Welt, sich in der Welt, sich mit der Welt.« (Straus 1956, S. 372) Wir gelangen, laut Husserl, an einen Limes, der nicht nur einen bewusstseinsmäßigen Limes bedeutet, sondern auch einen des Leibes. Linschoten schildert, dass zu schlafen bedeute, seiner reellen Aktivitätsmöglichkeiten entrissen zu sein. Im Einschlafen muss man der »anonymen Bereitschaft des Körpers, zu erwachen« (Linschoten 1955/56, S. 267), Vertrauen schenken. Man verliert im Einschlafen temporär das Wissen, das Empfinden und auch die Verfügungsmöglichkeiten über den eigenen Leib. Man zieht sich, wie Merleau-Ponty sagt, in seinen Leib zurück und ist seiner in dieser Zurückgezogenheit nicht mehr *habhaft*. Dieses Leibsein birgt aber zugleich die Möglichkeit in sich, wieder einen Leib zu haben, der Welt gegenüber wieder offen zu werden. Diese Möglichkeit kennzeichnet fundamental die Abgrenzung des Schlafes zum Tod. Der Tod tritt, laut Husserl, dann ein, wenn sich die organische Struktur des Leibes zum Leichnam wandelt. (Hua 29, S. 337)

Der Leib stellt für Husserl die »Bedingung der Möglichkeit des Lebens« (Hua 29, S. 337) selbst dar. Der Leib ist die Voraussetzung dafür, dass »überhaupt Welt da sein soll für das Ich, ob nun mehr oder weniger zugänglich« (Hua Materialien 8, S. 158). Wie bereits erläutert, ist das Weltverhältnis, welches man als ein durch den Leib gestiftetes Weltverhältnis verstehen muss, während meines Schlafes ebenfalls schlummernd. »Ohne Wachsein des Leibes können wir nicht wahrnehmungsartig betroffen werden, es gibt nichts, das lockt und damit kein Locken, dem wir folgen können.« (Ruzicka 2015, S. 230) Mein schlafender Leib ist es also, der mich temporär meiner Welt verschließt. Temporär deshalb, weil der Leib, wie Husserl sagt, im Schlaf nur »kaltgestellt« (Hua Materialien 8, S. 158) ist, jederzeit bereit, für die Welt wieder offen zu werden. Der Leib schläft daher niemals gänzlich. In diesem Sinne konstatiert auch Pöltner, dass »im Schlaf [...] die Differenz von Leib-sein und Leib-haben temporär zugunsten des Leib-seins aufgehoben« (Pöltner 2016, S. 27) wird. Der Leib ist so die Bedingung der Möglichkeit, im Schlaf sich selbst und der eigenen Welt entzogen zu sein. Er bietet stets die Möglichkeit,

zum *Rückzugsort* zu werden, die Möglichkeit, in Schlaf zu versinken, gleichsam der Welt gegenüber verschlossen zu werden. (Merleau-Ponty 1966, S. 197) In der Welt, egal ob sie einem im Wachzustand als offene gegeben ist oder sie einem verschlossen ist, »bezeichnet der Leib unseren Aufenthaltsort« (Merleau-Ponty 1973, S. 78).

## 6. Erwachen – der wachsame Leib

Schlafend lebt man der Welt entzogen und zugleich in die eigene Leiblichkeit zurückgezogen. Da es der Leib ist, so Merleau-Ponty, der sich der Welt verschließen kann, ist »mein Leib auch das, was mich auf die Welt hin öffnet und mich in Situation setzt« (Merleau-Ponty 1966, S. 197). Es ist die *anonyme Wachsamkeit der Sinne* meines Leibes, die das letzte Band darstellt, welches mir das Wiedererwachen aus dem Schlafzustand möglich macht. (Merleau-Ponty 1966, S. 196) »Durch diese gleichsam angelehnte Tür werden die Dinge wieder eintreten bzw. wird der Schläfer zur Welt zurückkommen.« (Merleau-Ponty 1966, S. 196) Wie bereits ausgeführt, bedeutet die Zurückgezogenheit in den eigenen Leib nicht, dass ich mich hinter ihm wie hinter einer Maske verstecken kann. Jederzeit bleibt mein Leib Ausdruck meiner Existenz. Im Schlaf zeigt mein Leib eben an, dass ich schlafend bin. Merleau-Ponty erklärt, dass der Leib bei jeder Zurückgezogenheit in die eigene Leiblichkeit niemals gänzlich auf sich selbst zurückfällt. Es gelingt mir nicht, »jeden Bezug meines Lebens zur Welt zu unterdrücken« (Merleau-Ponty 1966, S. 197), vielmehr zeichnet der Leib immer schon ein Wieder-zur-Welt-Kommen vor. In Bezug auf das Erwachen bedeutet das, dass der Leib im Schlaf jederzeit die Möglichkeitsbedingung ist, wieder der Welt gegenüber offen zu werden, zu erwachen.

Der Leib ist es, in den man während des Schlafes zurückgezogen ist, der Leib ist es auch, der einem im Wachzustand die Welt zugänglich macht und jeglichen Wahrnehmungs- und Handlungsvollzug in der Welt ermöglicht. Diese Bestimmung des Schlaf- und Wachzustandes vom Leib her lässt erkennen, dass sich mit dem Erwachen vor allem ein leiblicher Übergang ereignet. Ein Übergang im Sinne des Werdens und des Voranschreitens leiblichen Daseins ist eine zeitliche Kategorie. Husserls Analysen zur Bewusstseinszeit legen offen, dass das Erwachen in Bezug auf die Zeit die bewusstseinsmäßige Anknüpfung an vorherige Wachperioden bedeuten muss, womit aber

lediglich jener Aspekt der Zeitlichkeit geklärt werden kann, den ich unter den Begriff *Zeit-Haben* stellen möchte. Diejenige Zeit aber, die im Erwachen eine besondere Rolle spielt, ist die Zeit, die man selber ist, die *Leibzeit*.

## 7. Erwachen als leibzeitliches Übergangsphänomen

Mit dem Adjektiv *leibzeitlich* ist die Grundannahme ausgedrückt, dass dem Leib wesentlich eine zeitliche Struktur innewohnt. Der lebendige Leib lässt sich nur vorstellen als der Leib von jemandem, einer Person, die eine Lebensgeschichte ihr Eigen nennen kann. (Marcel 1978, S. 49) Insofern mit Leiblichkeit immer auch Geschichtlichkeit gegeben ist, ist der Aspekt der Zeitlichkeit von dem der Leiblichkeit nicht wegzudenken bzw. kann er nicht gesondert von diesem behandelt werden. Henri Bergsons Verhältnisbestimmung von Leib und Zeit bietet einen Anknüpfungspunkt für diese These.

»Die innere Dauer ist das kontinuierliche Leben eines Gedächtnisses, das die Vergangenheit in die Gegenwart verlängert, sei es, daß die Gegenwart das unaufhörlich wachsende Bild der Vergangenheit deutlich in sich einschließt, oder sei es, daß sie durch ihre fortgesetzte Änderung in der Qualität die immer schwere Last bezeugt, die man hinter sich her schleppt in demselben Maße wie man älter wird.« (Bergson 1993, S. 201)

Wenn Bergson dabei den Leib als ein unabhängiges Gedächtnis der Zeit vorstellt, welches die Zeit gleichsam in sich bewahrt (Bergson 1991, S. 66), so ist sein Begriff der Dauer wesentlich mit dem des Leibes verknüpft. Es lässt sich entsprechend konstatieren, dass ich nicht nur meine Zeit im Sinne meiner zusammenhängenden Lebensdauer bin, vielmehr ist die Zeit, die ich bin, wesentlich leibliche Zeit – *ich bin meine Leibzeit*. Anders formuliert: Zeit-zu-sein und Leib-zu-sein bedingen sich gegenseitig. Sofern ich meine Zeit bin, bin ich ein Leib, sofern ich einen Leib habe, habe ich meine Zeit. Auch Marcel spricht daher vom Leib als einer »Zeitgestalt« (Marcel 1978, S. 63).

»In das Angesicht dieses Leibes sind die Erfahrungen, Leiden und Freuden, ist die Möglichkeit dieses Menschen eingeschrieben. Wer ihm offenen Auges entgegentritt, vermag ihn als Existenz, als leibhafte Möglichkeit wahrzunehmen.« (Marcel 1978, S. 63)

Auch Merleau-Ponty erachtet den Zeitbegriff als eng an den Leibbegriff gebunden, wenn er etwa vom Leib sagt, dieser sei das, »was

jeweils antwortet auf die Frage: [...] welche Zeit ist es?« (Merleau-Ponty 1973, S. 81) Um Erkenntnisse über die Zeit zu gewinnen, reicht es nicht aus, sich auf die Untersuchung der bewusstseinsmäßigen Konstitutionsbedingungen von Zeit zu beschränken, vielmehr verlangt es, »auf die Ebene der leiblichen, noch präreflexiven Erfahrung« (Foerster 2016, S. 24) zurückzugehen. Für die Zeit, die sich von der gelebten Gegenwart her entfaltet (Foerster 2016), bildet der Leib, laut Merleau-Ponty, den »Gesichtspunkt für die Welt« (Merleau-Ponty 1966, S. 95). Er beschreibt das Verhältnis von Subjekt und Welt als ein ursprünglich verflochtenes, als in einem gegenseitigen Konstitutionsverhältnis stehende Einheit, die auf einer allem personalen Bewusstsein zugrundeliegenden Übereinkunft zwischen Leib und Welt basiert. (Pieper 1993, S. 163) Ausgehend davon muss man die Zeit als Subjekt, das Subjekt aber als Zeit begreifen. (Merleau-Ponty 1966, S. 480) Sollte es nämlich zutreffen, dass der Leib das Mittel ist, um überhaupt Welt zu haben (Merleau-Ponty 1966, S. 176), »so ist aus der Reflexion auf solchen Urgrund auch Aufschluss zu erwarten über die Wurzeln des Zeitbewußtseins, die Zeitlichkeit sowohl in objektiver wie in subjektiver Hinsicht und letztlich über die Zeit selbst« (Pieper 1993, S. 136). Für Merleau-Ponty liegt die Wurzel jeglichen Verständnisses der Zeit in der Reflexion des Urgrundes aller meiner Weltbezüge begründet, nämlich der Leiblichkeit. »Dasjenige Subjekt, das sich ›im Innersten der Zeit‹ mit dieser vereinigt, so daß es selbst nichts mehr anderes ist als Zeit, ist eben das Wahrnehmungssubjekt: der Leib.« (Pieper 1993, S. 165)

Die bisherigen Ausführungen haben gezeigt, dass man während des Schlafes seine Zeit in dem Sinne verliert, dass man schlafend weder eine bewusste Erinnerung hervorruft noch sich planend oder vorstellend der Zukunft widmen kann. Das Absinken meiner Bewusstseinsleistungen, allen voran meines Zeitbewusstseins, erwirkt zudem eine Weltverschlossenheit, die mit der Zurückgezogenheit in den eigenen Leib gleichbedeutend ist. Die Zeit, die einem auch während des Schlafes niemals *abhandenkommen* kann, ist die Leibzeit. Niemals kann der Schlaf in diesem Sinne eine Unterbrechung der Zeit bedeuten – weder das Einschlafen einen Abbruch noch das Erwachen ein Wiederanknüpfen oder Wiederanheben dieser Zeit, denn der Anfang und das Ende meiner Leibzeit sind gleichbedeutend mit dem Anfang und dem Ende meiner Existenz. Leibzeit kennt keine Unterbrechung ihrer selbst, vielmehr ist sie ständig mitbestimmend dafür, wie ich einschlafe, schlafe und erwache. Ob ich etwa nach einer intensiven

Trainingseinheit in entspannten Schlaf versinke, ob ich mich während des Schlafes unruhig von Bettkante zu Bettkante wälze, weil ein unmittelbar bevorstehender Termin mir Unruhe verschafft, und ob ich entsprechend erholt und entspannt oder viel eher unausgeruht am Morgen erwache, ist bestimmt durch meine Leibzeit, da mein Leib immer schon das Apriori von Sein und Erkenntnis, von Zeit und Ort ist. (Petzold 1982, S. 70)

## 8. Erwachen als Gewinn

Das Erwachen zeichnet sich selbst durch eine gewisse Prozesshaftigkeit aus, die das Festmachen eines exakten Aufwachmoments schwer, wenn nicht sogar unmöglich macht. Vielmehr bedeutet das Versinken in und das Erwachen aus dem Schlaf ein sukzessives, prozedurales Geschehen, welches sich jeweils als Übergang von einem Zustand in den anderen begreifen lässt. Die Tatsache, dass Zeit selbst ein Übergangsphänomen ist, zeigt sich nicht nur an Husserls Analysen der Bewusstseinszeit, sondern auch daran, dass sich der Leib nur in seinen zeitlichen Übergängen verstehen lässt, er ist selbst nur in seinen zusammenhängenden Übergängen zu begreifen.

»Einfache Zeitprozesse wie etwa das Altern spielen sich ja nicht in der Weise ab, daß wir bestimmte Eigenschaften hatten, von denen wir sagten, sie sind jetzt anders, sondern das Altern ist die Veränderung selber: bestimmte Veränderungen im Erleben, in der Körperkraft, in den Gedächtnisleistungen und ähnlichem.« (Waldenfels 2000, S. 296)

Der Leib muss in seiner Kontinuität und Dauer als Gesamtheit synthetisierter Zeitektasen erkannt werden. Diese leibzeitliche Synthesis ist aber wesentlich als *passive Synthesis* zu definieren. Nicht ich zeitige aktiv mich selbst, sondern ich werde vermittels meines Leibes gezeitigt. Das Erwachen zeigt in besonderer Weise den Charakter der eigenen Zeitigung auf, da es sich leiblich mit mir ereignet, wobei dieser Übergang wesentlich als Leib- sowie als Zeitgewinn charakterisiert werden kann.

### 8.1 Leibgewinn – Zeitgewinn

Der Leib lässt sich als jener Ort bestimmen, an dem alles Erleben erhalten bleibt. (Bergson 1991, S. 66) »Wenn wir morgens erwachen und innert kürzester Zeit wissen, wer wir sind, meldet sich unsere ›durée‹ im Sinne von Bewahrung« (Danzer 2011, S. 22). Die Dauer als Bewahrung der eigenen Zeit meint dabei besonders die leibliche Bewahrung allen Erlebens. Die erste leibliche Orientierung im Erwachen ist einem wesentlich dadurch ermöglicht, dass man leiblich seine Zeit ist. Als Dauer lässt einem diese Leibzeit niemals in einen zeit- bzw. geschichtslosen Zustand zurücksinken. Im Erwachen stellt die leibliche Vergangenheit den Horizont des gegenwärtigen Erwachens dar und öffnet einem zugleich die eigene Zukunft. Leibliche Vergangenheit löst sich im Erwachen erneut als Horizont leiblicher Gegenwart und Zukunft ein. Laut Linschoten ereignet sich die Erfahrung der Kontinuität des eigenen Erlebnisstromes, die Erfahrung also, dass ich jetzt erlebe, dieselbe zu sein, die ich gestern bzw. vor zehn Jahren war, als Aneignung früherer Erlebnisse durch das aktuelle Erleben. (Linschoten 1961, S. 229) Er erläutert, dass sich diese Aneignung mittels des intimsten erlebten Teiles ereignen kann, nämlich anhand des Leibes. (Linschoten 1961, S. 229) Durch meinen Leib eigne ich mir also meine Zeit als die meinige im Erwachen an.

Im Schlaf, der die Zurückgezogenheit ins eigene Leibsein bedeutet, ist einem die Möglichkeit, Vergangenheit und Zukunft als Horizonte der eigenen Existenz zu *haben*, verschlossen. Man *ist* zwar weiterhin seine Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, weil man sich von den Zeitekstasen leiblich niemals lösen kann, die Leibzeit ist einem aber im Schlaf als Horizont des eigenen Selbstvollzuges verschlossen. Sie ist einem also in den Zeiten der Zurückgezogenheit nicht als eine gegeben, die es ermöglicht, sich in der Welt zu vollziehen. Natürlich wird die Vergangenheit im Schlaf aber nicht ausgelit und die Zukunft, die auf einen wartet, bedeutet keineswegs einen völligen Neubeginn. (Linschoten 1955/56, S. 282) Im Erwachen gewinne ich nicht nur meine Leiblichkeit, im Sinne eines Leib-Habens wieder, sondern mit ihr auch meine Zeitlichkeit, denn »Leib zu haben, bedeutet Zeit zu haben« (Pöltner 2016, S. 24). Im Erwachen ereignet sich mit dem Rückgewinn des eigenen Leibes auch der Rückgewinn eigener Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft als Horizonte des Vollzugs in der Welt. Insofern sich im Erwachen mein Leib

konstituiert (Esterbauer 2012, S. 541), konstituiert sich mit ihm auch meine Leibzeit.

An dieser Stelle ist noch einmal an die eingangs zitierte Passage Prousts zu erinnern, in der er den Prozess des Erwachens beschreibt. Der Leib gilt ihm dabei als »treuer Wächter einer Vergangenheit, die [...] [der] Geist niemals hätte vergessen dürfen« (Proust 2013, S. 13). Auch er beschreibt die entscheidende Rolle des Leibes anhand des Erwachens, da dieser bzw. die Zeit des Leibes bewusste Erinnerungen zu Tage fördern, die das morgendliche Erwachen in einem mir bekannten Umfeld gewährleisten. Vor diesem Hintergrund kann man verstehen, weshalb einem der erste Morgen in einem Hotelzimmer fremd und ungewohnt erscheint. Mein Leib führt mir zunächst die gewohnten Erinnerungen meines leiblichen Gedächtnisses vor. Meine aktuellen, langsam wieder auf mich einwirkenden Sinneseindrücke wie etwa der Lichteinfall des Fensters, der Geruch des Zimmers etc. passen zunächst nicht zu meinen manifesten, *eingeschmolzenen* leiblichen Erinnerungen. Wie man Erwachen erlebt, gibt Aufschluss darüber, ob man in einer gewohnten Umgebung, unter gewohnten Umständen erwacht oder ob man in der Fremde und leiblicher Orientierungslosigkeit allmählich zu sich kommt. Die passive Synthesis der Leibzeit ermöglicht eine Aktualisierung habitualisierter und zugleich leiblich protentierter Erfahrungen des Erwachens und hilft einem auf diese Weise, sich sukzessiv der Tatsache zu entsinnen, dass man gerade nicht in seinem eigenen Bett liegt. Erwachen bedarf in diesem Sinn einer leibzeitlichen Synthesis, die jener des Bewusstseins immer schon vorausgeht. Anderenfalls würde Erwachen bedeuten, dass man sich seinen Leib jeden Tag aufs Neue erschließen müsste und so auch in einen gänzlich zeitlosen Zustand hinein erwachen würde. Husserl spricht diesbezüglich vom *Mitgewecktsein* des Einschlafens, des Zubettgehens, kurzum der Vergangenheit. (Hua 29, S. 337) Wie gezeigt wurde, ist dieses Mitgewecktsein nicht auf die Bewusstseins-tätigkeit begrenzt, sondern es kann und muss auch von einer leiblichen Mitgewektheit meiner Vergangenheit im Erwachen ausgegangen werden.

Im Erwachen eröffnet einem der Leib gegenwärtig die Leibvergangenheit und erschließt, ja antizipiert gegenwärtig wirksam sogleich die leibliche Zukunft. Erwachen kann daher auch als Form leiblicher Antizipation geltend gemacht werden. Insofern der Leib die Rückkehr, d. h. das Erwachen, immer schon antizipiert, gilt er als zentrale Möglichkeitsbedingung dieser Rückkehr. Ein nichts antizipie-

render Leib ist ein toter Leib. In der Antizipation ist leibliche Zukunft gegenwärtig wirksam. Wenn sich am Morgen gewohnte Bedingungen des Erwachens einstellen, ermöglicht meine Leibzukunft im Sinne meiner leiblichen Antizipation, dass ich vom Schlaf- in den Wachzustand übergehe. Ich bin mir selbst im Erwachen ohne mein bewusstes Zutun leiblich immer schon voraus. Noch bevor ich also bewusst erwache, Bewusstseinsleistungen anheben und mir erlauben, bewusstseinsmäßig an meine vergangenen Wachperioden anzuknüpfen, muss mein habitualisierter Leib aus sich mein Wachsein antizipieren und damit grundsätzlich ermöglichen. Mit meinem Einschlafen muss immer schon ein Wiedererwachen leiblich antizipiert werden.

Erwachen bedeutet nicht nur das Anknüpfen an den Moment des Absinkens bzw. Einschlafens am Vorabend, sondern das Anknüpfen an alle Wachheitsphasen, die man bislang erlebt hat. Da der Leib Träger aller Wachheitsperioden ist, knüpft er wohl an alle diese Phasen und an alles bisher erlebte Erwachen an. Auch deshalb löst das Erwachen in fremder Umgebung oder zu ungewohnter Stunde Befremden aus, weil der Leib das Erwachen in bestimmter Weise antizipiert und sich diese leibliche *Erwartung* in entsprechender Weise nicht einlöst. Gerade dieses leibliche Befremden lässt einen schließlich bewusst darüber nachsinnen, wo man sich denn eigentlich befindet, wie spät es ist etc.

Wer man ist, wo man ist, welche Zeit es ist und das Drängen der ersten Bedürfnisse des allmorgendlichen Erwachens sind allesamt *Anfragen*, die einem zunächst ausschließlich der Leib beantwortet. Wenn während des Schlafes auch die Bewusstseinsleistungen verarmen, bleibt die Leibzeit jene Zeit, die es einem erwachend ermöglicht, eine erste Orientierung zurückzugewinnen. Auch für das Erwachen gilt, dass »das Gedächtnis und so das Erinnern [...] vom Leib beeinflusst [sind]. Mit anderen Worten: Die Form, in der ich etwas erinnere, ist abhängig von meiner aktuellen, leibhaften Gegenwart« (Foerster 2016, S. 25).

## 8.2 Weltgewinn

Thomas Fuchs konstatiert, dass das Leibgedächtnis davon befreit, sich ständig neu orientieren zu müssen.

»Leibliches Vertrautsein mit den Dingen bedeutet biographisches Vergessen, Absinken des bewusst Getanen und Erleben in einen Untergrund, aus dem sich das Bewusstsein zurückgezogen hat, und der doch unser alltägliches In-der-Welt-Sein trägt. Wir können auch sagen: Was wir vergessen haben, ist zu dem geworden, was wir sind.« (Fuchs 2012, S. 104)

Im Erwachen gewinnt diese Beschreibung des Leibes eine besondere Bedeutung, da leibliche Vertrautheit den Prozess des Erwachens stets begleitet. Der eigenen leibzeitlichen Disposition entsprechend, eröffnet sich einem die Welt täglich aufs Neue.

Erwachen heißt nicht nur das Anheben der Bewusstseinszeit, das Anknüpfen an alle vorgängigen Wachperioden, wie Husserl Erwachen beschreibt, sondern auch das Aufgehen meiner Leibzeit als Möglichkeitsbedingung jeglichen In- und Zur-Welt-Seins.

»Was immer wir planen oder bewusst tun, wir leben aus einem verborgenen Grund heraus. Der Leib ist der Grund der Selbstverständlichkeit und Selbstvergessenheit des Lebensvollzuges. Denn alle Vertrautheit und Gewohnheit, alles Kennen und Können beruht auf dem leiblichen, impliziten Gedächtnis, das unsere einzelnen Erfahrungen ständig integriert [...] und gerade so durch das Vergessen des Einzelnen die Einheit des gelebten Lebens erzeugt.« (Fuchs 2008, S. 288)

Daher konstatiert auch Linschoten, dass der Leib »seine Welt [kennt], bevor ›ich‹ sie mir vergegenwärtige« (Linschoten 1961, S. 137) und betont damit das Konstitutionsverhältnis von Leib und Welt. Wenn sich im Erwachen Leibgabe ereignet, so geht einem gerade vermittels des Leibes als »Medium der Welthabe« (Danzer 2011, S. 180) die Welt selbst auf. Sofern ich im Schlaf nicht *leiblos* war, sondern nur in meinen Leib zurückgezogen, kann ich auch im Schlaf niemals gänzlich *weltlos* gewesen sein. Mit meiner Zurückgezogenheit in meine Leiblichkeit war mir aber auch die Welt verschlossen. An meinem Leib hängt im Erwachen meine erste Orientierung. »Der Leib als ›Träger der Existenz‹ bekundet eine Offenheit, die die Offenheit der Wahrnehmung, einen ›ursprünglichen Zugang zur Welt‹ zu gewährleisten, bedeutet.« (Mörth 1991, S. 80) Der Leib, der seine Welt kennt, eröffnet sie mir im Erwachen. Der Leibzeit ist es zu verdanken, dass die Selbst- und Weltvergessenheit des Schlafes lediglich temporär ist und ich am Morgen zu mir selbst und meiner Welt kommen kann.

Gegenwärtig eine Beziehung zur Welt haben zu können, gründet in der Leibgabe, die mir, einmal erwacht, erlaubt, mich in ihr zu

engagieren, zu verhalten, auf diese oder jene Weise aktiv zu sein. Aus diesem Grund konstatiert Husserl auch:

»Die Welt ist uns, den wachen, den immerzu irgendwie praktisch interessierten Subjekten, nicht gelegentlich einmal, sondern immer und notwendig als Universalfeld aller wirklichen und möglichen Praxis als Horizont vorgegeben. Leben ist ständig In-Weltgewißheit-leben. Wachleben ist für die Welt wach sein, beständig und aktuell der Welt und seiner selbst als in der Welt lebend ›bewußt‹ sein, die Seinsgewißheit der Welt wirklich erleben, wirklich vollziehen.« (Hua 6, S. 145)

Wenn Husserl ein Engagement des Subjekts in seiner Welt als *Universalfeld* beschreibt, so gründet dieses Engagement gerade im Leibgewinn des Erwachens. Im Erwachen geht einem die Welt auf, gleichzeitig wird man sich selbst als sinnlicher Bezugspunkt für die Welt wieder gegeben. (Esterbauer 2012, S. 537)

## 9. Conclusio und Ausblick

Erwachen ereignet sich als leibzeitlicher Übergang. Dieser leibzeitliche Übergang ist die tägliche Gabe des Lebens, der eigenen Geschichte, der Welt. Das ganze Leben wird einem morgens vermittels des eigenen Leibes bzw. der Leibzeit aufs Neue eröffnet. Ein phänomenologischer Blick auf das Erwachen erfordert, wesentliche Aspekte von Leiblichkeit und Zeitlichkeit zusammenzudenken. Parallel dazu eröffnet das Nachdenken über den Prozess des Erwachens einen Zugang zum Thema der leiblichen Zurückgezogenheit, eines Zustandes, der im Fall des Schlafes täglich oder im Fall der Aphonie in Ausnahmesituation eintritt. Beide Zustände bedeuten Zurückgezogenheit in die eigene Leiblichkeit, aus der hervorzukommen wieder nur der Leib bzw. die eigene Leibzeit ermöglicht.

An Depressionen erkrankte Menschen leiden teilweise unter starker Müdigkeit, wollen am Morgen nicht aufstehen und wünschen sich, im Bett zu bleiben, um weiterschlafen zu können, in der Hoffnung, dass der Schlaf ihre Sorgen vergessen mache und sie sich nicht dem Ballast ihres Alltags aussetzen müssen. Ein Mensch, der am Morgen die Augen nicht öffnen und nichts weiter tun will außer schlafen, möchte wohl im wahrsten Sinne des Wortes nicht mehr *zu sich kommen*. Auch Fuchs schreibt, dass Einschlafen »eine Lösung des stets latenten leiblichen Tonus [bedeutet], ein Versinken des Lei-

bes in die Weite« (Fuchs 2000, S. 101). Umgekehrt, so konstatiert er, bedeutet das Erwachen aus dem Schlaf, welcher eine *dissoziierte leibliche Weite* meint, die Rückkehr in eine *unterschwellige Spannung des Leibes*. Die Begriffe *Enge* und *Weite*, die Fuchs von Hermann Schmitz zu übernehmen scheint (Schmitz 2011, S. 7–14), zielen darauf ab, Weisen des leiblichen Betroffen-Seins zum Ausdruck zu bringen, und können meines Erachtens in diesem Zusammenhang parallel zum Begriffspaar Leibhaben und Leibsein verstanden werden. Während Schlaf die Weitung des Leibes im Sinne eines Aufgehens im eigenen Leibsein meint, bedeutet Erwachen die wiedererlangte Enge des Leibes im Sinne der Gabe eigenen Leibhabens. Im Zuge seiner Untersuchungen zur melancholischen Depression schreibt Fuchs, dass für den Depressiven im Erwachen anstelle einer natürlichen *leisen* Spannung eine *qualvolle* leibliche Enge tritt. (Fuchs 2000, S. 101) Für die Betroffenen ist Erwachen so, als ob »im Moment des Erwachens schlagartig die im Schlaf vorübergehend gelöste Oppression zurückkehrt, als ob die Angst schon auf einen gewartet hätte« (Fuchs 2000, S. 101). Wie Fuchs sagt, ist die zurückkehrende Oppression eine leiblich vermittelte Oppression. Sofern jemandem im Erwachen der eigene Leib und damit die eigene Welt und Geschichte wiedergegeben werden, verstehe ich das Nicht-erwachen-Wollen als Wunsch, in einem leib-, zeit- und weltlosen Zustand zu verharren. Ebenso wie man im Schlaf nicht um die eigene Zurückgezogenheit weiß, weiß man im Zustand psychischer Erkrankung oftmals nicht um die eigene psychische Verfasstheit. Der Leib hingegen bleibt konstant der Ausweis des tatsächlichen Befindens und der individuellen Geschichte.

Durch den Leib und die Leibzeit bleibt man stets in der Welt verankert. Sich-Zurückziehen aus und das Wieder-Eintauchen in die Welt sind primär leiblich vermittelte Vorgänge und können zugleich in ihrer Betrachtung den wesentlichen Aspekt der Zeitlichkeit des Leibes nicht ausklammern. Das Erwachen aus dem Schlaf bzw. das Wieder-Hervorkommen aus meiner Zurückgezogenheit im Erwachen ist nur dadurch möglich, dass ich im Schlaf niemals aufhöre leiblich meine Zeit zu sein. Die Beschäftigung mit dem Erwachen lässt in nachdrücklicher Weise erkennen, dass der Leibzeit als eigens zu behandelnder Zeitform unbedingt Aufmerksamkeit geschenkt werden sollte, und fördert damit auch die Erkenntnis, dass die Frage nach der Zeit in vielen Bereichen nicht ausschließlich im Bezugsrahmen von Bewusstseinszeit geklärt werden kann.

## Literatur

- Bergson, H. (1991): *Materie und Gedächtnis. Eine Abhandlung über die Beziehung von Körper und Geist*, übers. von J. Frankenberg, Hamburg: Meiner (= Philosophische Bibliothek 441).
- Bergson, H. (1993): *Denken und schöpferisches Werden. Aufsätze und Vorträge*, übers. von L. Kottje, Hamburg: Europäische Verlagsanstalt.
- Binswanger, L. (1947): *Ausgewählte Vorträge und Aufsätze. Bd. 1: Zur phänomenologischen Anthropologie*, Bern: Francke.
- Danzer, G. (2011): *Wer sind wir? Auf der Suche nach der Formel des Menschen. Anthropologie für das 21. Jahrhundert – Mediziner, Philosophen und ihre Theorien, Ideen und Konzepte*, Berlin: Springer.
- Esterbauer, R. (2012): »Meine Zeit. Vorfragen zu einer Phänomenologie menschlichen Werdens«. In: *Den Menschen im Blick. Phänomenologische Zugänge. Festschrift für Günther Pöltner zum 70. Geburtstag*, hrsg. von R. Esterbauer u. M. Ross, Würzburg: Königshausen & Neumann, S. 527–547.
- Foerster, Y. (2016): »Die Zeit als Subjekt und das Subjekt als Zeit. Zum Zeitbegriff Merleau-Pontys«. In: [https://www.academia.edu/1478526/\\_Die\\_Zeit\\_als\\_Subjekt\\_und\\_das\\_Subjekt\\_als\\_Zeit\\_Zum\\_Zeitbegriff\\_Merleau-Pontys](https://www.academia.edu/1478526/_Die_Zeit_als_Subjekt_und_das_Subjekt_als_Zeit_Zum_Zeitbegriff_Merleau-Pontys) [abgerufen am 15. 11. 2016].
- Fuchs, T. (2008): *Leib und Lebenswelt. Neue philosophisch-psychiatrische Essays*, Baden-Baden: Graue Edition (= Die Graue Reihe 51).
- Fuchs, T. (2012): »Das Gedächtnis des Leibes«. In: *Loccum Pelikan. Religionspädagogisches Magazin für Schule und Gemeinde*, 3 (12), S. 103–106. Und online unter: [http://www.rpi-loccum.de/material/aufsaeetze/theo\\_fuchs\\_tho](http://www.rpi-loccum.de/material/aufsaeetze/theo_fuchs_tho) mas [abgerufen am 14. 11. 2016].
- Fuchs, T. (2000): *Psychopathologie von Leib und Raum. Phänomenologisch-empirische Untersuchungen zu depressiven und paranoiden Erkrankungen*, Darmstadt: Steinkopff (= Monographie aus dem Gesamtgebiete der Psychiatrie 102).
- Gugutzer, R. (2002): *Leib, Körper und Identität. Eine phänomenologisch-soziologische Untersuchung zur personalen Identität*, Wiesbaden: Westdeutscher Verlag.
- Günzel, S. / Windgätter, C. (2005): »Leib / Raum: Das Unbewusste bei Merleau-Ponty«. In: *Das Unbewusste. Ein Projekt in drei Bänden. Bd. 2: Das Unbewusste in aktuellen Diskursen. Anschlüsse*, hrsg. von M. Buchholz, Gießen: Psychosozial-Verlag, S. 582–613.
- Husserl, E. (1950 ff.): *Gesammelte Werke* (= Husserliana):
- Hua 3/1 (1976): *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie. Erstes Buch. 1. Halbband*, hrsg. von K. Schuhmann. 3. Auflage, Den Haag: Nijhoff.
  - Hua 5 (1971): *Ideen zu einer reinen Phänomenologie und phänomenologischen Philosophie. Drittes Buch*, hrsg. von M. Biemel, Den Haag: Nijhoff.
  - Hua 6 (1976): *Die Krisis der europäischen Wissenschaften und die transzendente Phänomenologie. Eine Einleitung in die phänomenologische Philosophie*, hrsg. von W. Biemel. 2. Auflage, Den Haag: Nijhoff.

- Hua 9 (1968): *Phänomenologische Psychologie. Vorlesungen Sommersemester 1925*, hrsg. von W. Biemel. 2. Auflage, Den Haag: Nijhoff.
- Hua 11 (1966): *Analysen zur passiven Synthesis (1918–1926)*, hrsg. von M. Fleischer, Den Haag: Nijhoff.
- Hua 29 (1993): *Die Krisis der europäischen Wissenschaften und die transzendente Phänomenologie. Ergänzungsband. Texte aus dem Nachlass (1934–1937)*, hrsg. von R. N. Smid, Dordrecht: Kluwer.
- Hua Materialien 8 (2006): *Späte Texte über Zeitkonstitution (1929–1934). Die C-Manuskripte*, hrsg. von D. Lohmar, Dordrecht: Springer.
- Kristensen, S. (2012): »Maurice Merleau-Ponty I – Körperschema und leibliche Subjektivität«. In: *Leiblichkeit*, hrsg. von E. Alloa [u. a.], Tübingen: Mohr Siebeck, S. 23–36.
- Kühn, R. (1998): *Husserls Begriff der Passivität. Zur Kritik der passiven Synthesis in der Genetischen Phänomenologie*, Freiburg/Br.: Alber (= Phänomenologie 2).
- Linschoten, J. (1955/1956): »Über das Einschlafen«. In: *Psychologische Beiträge*, 2, S. 266–298.
- Linschoten, J. (1961): *Auf dem Wege zu einer phänomenologischen Psychologie. Die Psychologie von William James*, übers. v. F. Mönks, Berlin: de Gruyter (= Phänomenologisch-Psychologische Forschungen 3).
- Marcel, G. (1978): »Leibliche Begegnung. Notizen aus einem gemeinsamen Gedankengang«. In: *Leib, Geist, Geschichte. Brennpunkte anthropologischer Psychiatrie. Festschrift zum 60. Geburtstag von Hubertus Tellenbach*, hrsg. von A. Kraus, Heidelberg: Hüthig, S. 47–73.
- Merleau-Ponty, M. (1966): *Phänomenologie der Wahrnehmung*, aus d. Franz. übers. u. eingeführt durch eine Vorrede von R. Boehm, Berlin: de Gruyter (= Phänomenologisch-psychologische Forschungen 7).
- Merleau-Ponty, M. (1973): *Vorlesungen I*, übers. u. eingeführt v. A. Métraux, hrsg. von C. F. Graumann, Berlin: de Gruyter (= Phänomenologisch-psychologische Forschungen 9).
- Mörth, E. (1991): »Der Leib als Subjekt der Wahrnehmung. Zur Philosophie der Leiblichkeit bei Merleau-Ponty«. In: *Leib, Maschine, Bild. Körperdiskurse der Moderne und Postmoderne*, hrsg. von E. List u. E. Fiala, Wien: Passagen, S. 75–87.
- Petzold, H. (1982): »Leibzeit«. In: *Die Wiederkehr des Körpers*, hrsg. von D. Kamper u. C. Wulf, Frankfurt/M.: Suhrkamp, S. 68–81.
- Pieper, H.-J. (1993): *Zeitbewußtsein und Zeitlichkeit. Vergleichende Analysen zu Edmund Husserls Vorlesungen zur Phänomenologie des inneren Zeitbewußtseins (1905) und Maurice Merleau-Pontys Phänomenologie der Wahrnehmung (1945)*, Frankfurt/M.: Lang (= Philosophie 20).
- Pöltner, G. (2016): »Die zeitliche Struktur der Leiblichkeit«. In: *Bodytime. Leib und Zeit bei Burnout und in anderen Grenzerfahrungen*, hrsg. von R. Esterbauer [u. a.], Freiburg: Alber, S. 17–33.
- Proust, M. (2013): *Auf der Suche nach der verlorenen Zeit. Bd. 1: Auf dem Weg zu Swann*, übers. u. mit Anm. von B.-J. Fischer, Stuttgart: Reclam.
- Ruzicka, R. (2015): *Wachsein. Ein phänomenologischer Versuch*, München: Alber.

- Schmid, P. A. (2005): »Der Leib als wahrnehmendes Ich. Die Phänomenologie der Wahrnehmung bei Maurice Merleau-Ponty«. In: *Das Wahre, Falsche, Schöne. Reality Show. Essays*, hrsg. von W. Grond, Innsbruck: Studien-Verlag, S. 37–50.
- Schmitz, H. (2011): *Der Leib*, Berlin: de Gruyter.
- Straus, E. (1956): *Vom Sinn der Sinne. Ein Beitrag zur Grundlegung der Psychologie*. 2. Auflage, Berlin: Springer.
- Waldenfels, B. (2000): *Das leibliche Selbst. Vorlesungen zur Phänomenologie des Leibes*, hrsg. von R. Giuliani, Frankfurt/M.: Suhrkamp (= stw 1472).
- Zahavi, D. (2007): *Phänomenologie für Einsteiger*, Paderborn: Fink.
- Zahavi, D. (2009): *Husserls Phänomenologie*, Tübingen: Mohr Siebeck.