

**„Wir müssen uns Sisyphos als einen glücklichen  
Menschen vorstellen.“ (A. Camus)**

Über die Bedingungen eines geglückten Lebens trotz Absurdität

Abschlussarbeit für das psychotherapeutische Fachspezifikum in  
Existenzanalyse

eingereicht von

Mag.<sup>a</sup> Sylvia Stelzer

bei

Dr. Anton Nindl

und

Dr. Rupert Dinhobl

im September 2019

angenommen am:

von:

## **Zusammenfassung**

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit dem Menschenbild Albert Camus' anhand des Werks „Der Mythos von Sisyphos“, insbesondere mit der darin enthaltenen Behauptung, dass Sisyphos ein glücklicher Mensch sei. Zu diesem Zweck werden mehrere Aspekte der Anthropologie Camus' analysiert und dem existenzanalytischen Menschenbild gegenübergestellt. Hierfür werden Textpassagen aus dem Werk von Camus, der Existenzphilosophie und vorliegende Erkenntnisse der Literatur über Camus sowie der existenzanalytischen Literatur zusammengefasst und kommentiert. Anschließend wird der Glücksbegriff in der Existenzanalyse herausgearbeitet und konkretisiert. Zur Beantwortung der Frage nach dem möglichen Glück von Sisyphos werden die Bedingungen für ein erfülltes Leben nach der Existenzanalyse auf Sisyphos angewandt und die Kernfrage der Arbeit beantwortet.

Schlüsselwörter: Camus – Sisyphos – Absurdes – Glück – Menschenbild

## **Abstract**

The present paper studies Albert Camus' conception of man based on the essay "The Myth of Sisyphus", in particular the assertion made therein that Sisyphus is a happy man. To this end, it analyses several aspects of Camus' anthropology and juxtaposes them with the existential-analytical conception of man. Text passages from Camus' oeuvre, from existential philosophy and existing findings from the literature on Camus as well as the existential-analytical literature are summarized and discussed. Subsequently, the study elaborates on and defines the concept of happiness in existential analysis. To answer the question of Sisyphus' potential happiness, the paper proceeds to applying the conditions for a fulfilled life – according to existential analysis – to Sisyphus and answers its core question. The results indicate that Camus' claim is indeed true, and that Sisyphus can be considered a happy man.

Keywords: Camus – Sisyphus – absurd – happiness – conception of man

## Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung .....	
2. Darstellung der Thematik des „Mythos von Sisyphos“ .....	
3. Das Bild des Menschen .....	
3.1. Das Menschenbild Albert Camus‘ .....	
3.2. Das Menschenbild der Existenzphilosophie .....	
3.3. Das Menschenbild der Existenzanalyse .....	
4. Merkmale menschlicher Existenz .....	
4.1. Das Verhältnis Mensch und Welt .....	
4.2. Die Freiheit des Menschen .....	
4.3. Die dialogische Veranlagung des Menschen .....	
4.4. Die innere Zustimmung .....	
4.5. Krise und Leid aus existenzanalytischer Sicht .....	
5. Der Glücksbegriff .....	
5.1. Zum Glücksbegriff allgemein .....	
5.2. Grundlagen erfüllter Existenz (Glück aus existenzanalytischer Sicht)	
6. Sinn im Sinnlosen .....	
6.1. Sisyphos als glücklicher Mensch .....	
6.2. Verachtung des Schicksals .....	
6.3. Zusammenschau .....	
7. Literaturverzeichnis .....	

## 1. Einleitung

Diese Arbeit stellt die Frage, unter welchen Bedingungen aus existenzanalytischer Sicht von Sisyphos, dem Helden des Absurden, von dem Albert Camus behauptet, wir – die Leserinnen und Leser – müssten ihn uns als glücklichen Menschen vorstellen, gesagt werden kann, er hätte ein geglücktes Leben, eine erfüllte Existenz. So steht dieses Werk von Camus „Der Mythos des Sisyphos“ im Zentrum der Überlegungen und nicht das Gesamtwerk Camus‘ im Detail.

Camus wird manchmal als dem Existenzialismus zugehörig betrachtet, wenngleich er diese Zuordnung niemals vorgenommen oder akzeptiert hätte, zu unterschiedlich ist diese lose Gruppe von Philosophen. Gemeinsam ist den Existenzialisten, dass sie sich mit der individuellen, konkreten, menschlichen Existenz beschäftigen und die menschliche Existenz von der Existenz anderer Wesen und Dinge unterscheiden. Sie betonen die Freiheit und volle Verantwortlichkeit des Menschen und daraus resultierend die Angst, die mit der menschlichen Existenz untrennbar verbunden ist (Bakewell 2016, 49 f). Die Existenzphilosophie kommt in dieser Arbeit nur in Einzelaspekten vor, die danach ausgewählt wurden, insofern sie für die Fragestellung der Arbeit relevant sind.

Ausgangspunkt der Arbeit ist der gesunde Mensch, der nicht unter Störungen leidet, der jedoch ein Leidender ist bzw. sein kann. Sisyphos ist ja der sprichwörtlich gewordene Protagonist, der der Sinnlosigkeit ausgeliefert ist. Weiters ist zu betonen, dass die Arbeit eine rein theoretische ist, sich also nicht konkret – außer mit Sisyphos – mit einer praktischen Lebenssituation eines Menschen auseinandersetzt.

Der Auseinandersetzung mit Camus‘ Werk wird keine biografische Deutung zugrundegelegt, die einen Reduktionismus und eine Schmälerung von Camus‘ Philosophie bedeuten würde. D. h., das Leben von Albert Camus dient nur als Hintergrundfolie, die nicht in die Interpretation seines Textes oder seines Helden einfließt.

Die Fragen, die sich aus der Lektüre des Textes aufdrängen und die hier beantwortet werden sollen, lauten: Wie ist es möglich, dass der sprichwörtlich gewordene Unglücksmensch glücklich sein soll? Worin besteht sein Glück? Lässt sich Sisyphos' Weg der Bewältigung seines Schicksals auf den leidenden Menschen übertragen? Und gibt es Berührungspunkte zwischen Camus' Ansatz und den anthropologischen Grundlagen der Existenzanalyse?

Camus' Ausgangspunkt für den Mythos ist die Frage nach dem Sinn des Lebens bzw. die Frage, ob das Leben sich lohne oder nicht, und damit die Frage nach dem „Selbstmord“, der „Grundfrage der Philosophie“ nach Camus. Dazu ist festzuhalten, dass die Suizidthematik hier nur gestreift wird, da die Arbeit eine andere Fragestellung verfolgt. Anzumerken ist auch, dass die Stellung Camus' zum Transzendenten, zu Gott, und der damit verbundenen Letztbegründung der Sinnfrage in dieser Arbeit nicht diskutiert wird, weil sie den Umfang der Arbeit sprengen würde.

Diese Arbeit fokussiert die Grundlagen der Existenzanalyse als Frage des Daseins und nicht die Struktur und Dynamik der Existenz (die Grundmotivationen).

Camus hat in der Theorie der Existenzanalyse meines Wissens noch keine Stellung zugewiesen bekommen. Und obwohl er einer der wenigen Philosophen ist, dessen Werke immer noch Bestseller sind, die also wirklich gelesen werden, auch von Nicht-Philosophen, kommt er bislang in den theoretischen Schriften nicht vor, was doch überraschend ist. Camus' Text ist anschaulich und so konkret, wie ein philosophischer Text im besten Fall sein kann, was ihn gut lesbar macht. Hier bietet die Philosophie einen Prototypen eines Menschen an, der vom Leben in einer solchen Radikalität angefragt wird, dass das von Camus angeführte Glück des Sisyphos paradox klingt und aufrüttelt, sodass man sich fragt, wie das möglich sein kann.

Die Figur und die Antwort von Sisyphos auf sein Schicksal kann Mut machen, selbst in der scheinbar hoffnungslosesten Situation seinen Freiraum zu nutzen, sein Leben zu gestalten und so seinem Leben Sinn zu geben. Das ist das Bewegende an

diesem Text, dass er mit seinem Resümee des glücklichen Sisyphos überrascht und neugierig macht, wie dieses Glück möglich ist. So ist er auch überaus lehrreich für die psychotherapeutische Praxis.

Abschließend wird noch darauf hingewiesen, dass alle Zitate in alter Rechtschreibung in ihrer Originalschreibweise beibehalten wurden.

## 2. Darstellung der Thematik des „Mythos von Sisyphos“

Camus beendete das im Oktober 1939 begonnene Werk „Der Mythos von Sisyphos. Ein Versuch über das Absurde“ am 21.2.1941 (Onfray 2015, 227), d. h. er hatte zwischen seinem sechsundzwanzigsten und achtundzwanzigsten Lebensjahr daran gearbeitet. Am 16.10.1942 schließlich, mitten während des Zweiten Weltkriegs, veröffentlichte Albert Camus dieses Jugendwerk beim Verlag Gallimard in Paris. Es enthält die Abschnitte „Eine absurde Überlegung“, in der sich Camus mit dem Selbstmord auseinandersetzt, weiters das Kapitel „Der absurde Mensch“, „Das absurde Kunstwerk“ sowie das dem Buch titelgebende Kapitel „Der Mythos von Sisyphos“. Der Anhang „Die Hoffnung und das Absurde im Werk von Franz Kafka“ erschien in der Erstausgabe nicht, da Camus ihn aus Zensurgründen durch die nationalsozialistischen Besatzer selbst zurückzog. Camus ersetzte das Kafka-Kapitel in der Erstausgabe durch „Dostojewskij und der Selbstmord“.

In einer Art Präambel stellt Camus darin fest, „dass das Absurde bisher als Ergebnis verstanden wurde, in diesem Versuch aber als Ausgangspunkt betrachtet wird“ (Camus 1997, 8). Diesem Anspruch wird Camus angesichts der Entwicklung seiner Gedanken im Buch „Der Mythos von Sisyphos“ auch durchaus gerecht, zeigt er doch, was die Konsequenzen angesichts eines absurden Lebens für den Menschen sind.

Im Teilabschnitt des Buches, also im „Mythos von Sisyphos“ selber, begegnet dem Leser/der Leserin in dessen erstem Teil der „Ewige Rebell“ Sisyphos, der von den Göttern dazu verurteilt wurde, unablässig einen Felsblock einen Berg hinaufzuwälzen, daran jedoch immer wieder scheitert, weil der Felsblock von selbst wieder hinunterrollt. (Camus 1997, 124). Und Camus fasst weiter zusammen: „Sie [die Götter, Anm. der Verf.] hatten mit einiger Berechtigung bedacht, daß es keine fürchterlichere Strafe gibt als eine unnütze und aussichtslose Arbeit.“ (Camus 1997, 124).

Anschließend erläutert Camus die verschiedenen Überlieferungen, wofür Sisyphos eigentlich bestraft worden ist, um daraus den Schluss zu ziehen: „Kurz und gut:

Sisyphos ist der Held des Absurden. Dank seiner Leidenschaften und dank seiner Qual. Seine Verachtung der Götter, sein Haß gegen den Tod und seine Liebe zum Leben haben ihm die unsagbare Marter aufgewogen, bei der sein ganzes Sein sich abmüht und nichts zustande bringt. Damit werden die Leidenschaften dieser Erde bezahlt.“ (Camus 1997, 125). Und Camus zeigt uns Sisyphos scheinbar wie in Großaufnahme und in Zeitlupe: Seine Bewegungen, den angestregten Körper, seine Mimik bis zum Scheitern seiner Mühen. Und dann, als sich Sisyphos auf dem Rückweg vom Gipfel des Berges befindet, schildert Camus den Mann, der sich auf dem Rückweg nach unten begibt, in all seinen Facetten. Camus vergleicht Sisyphos außerdem mit dem Werktätigen, der unter Sisyphos-ähnlichen Bedingungen arbeitet und dessen Schicksal genauso absurd sei wie jenes. (Camus 1997, 126). Sisyphos wird als bewusster und deshalb tragischer Held bezeichnet sowie als ohnmächtiger, rebellischer Prolet der Götter, der das ganze Ausmaß seiner unseligen Lage kennt (Camus 1997, 126).

Im zweiten Teil des Mythos-Kapitels „Fluch und Seligkeit“ merkt Camus an, „Wenn der Abstieg so manchen Tag in den Schmerz führt, er kann doch auch in der Freude enden“. Dies ist der erste Hinweis, dass Sisyphos für Camus trotz seines Scheiterns Glück empfinden kann (Camus 1997, 126), und wenig später folgt: „Darin besteht die ganze verschwiegene Freude des Sisyphos. Sein Schicksal gehört ihm. Sein Fels ist seine Sache.“ (Camus 1997, 127). So beschließt Camus diesen Mythos mit „Wir müssen uns Sisyphos als einen glücklichen Menschen vorstellen.“ (Camus 1997, 128).

Um diese Behauptung zu verifizieren, bedarf es einer genaueren Betrachtung, da sie sich nicht auf den ersten Blick erschließt, ja geradezu widersprüchlich, um nicht zu sagen absurd, erscheint.

### **3. Das Bild des Menschen**

#### **3.1. Das Menschenbild Albert Camus‘**

Vorauszuschicken ist, dass Camus vielseitig begabt war: Er war Schauspieler, Dramaturg, Regisseur, Bearbeiter und Autor von Bühnenstücken, Journalist,



Verlagslektor, Herausgeber, Romanschriftsteller, Essayist und Erzähler, ja und eben auch Philosoph. Diese Tätigkeiten haben wechselweisen Einfluss aufeinander genommen, sodass seine Kritiker ihn weder als Dichter noch als Philosophen ernst nehmen wollten (Pieper 1984, 9). So finden sich von ihm auch keine philosophisch-argumentativen Texte im herkömmlichen Sinn. „Seine Denkfiguren sind nicht das ‚An-Sich‘ und ‚Für-Sich‘, sondern heißen Don Juan, Kirilow, Kafka oder Hamlet. Es ist ein szenisches Denken, bezeugt von Lebensgefühl und Erfahrung, und seine Mittel sind plastisch – Bilder, Figuren und Konstellationen anstelle von Logik und Systemphilosophie. Sein Denken entspringt einer existenziellen Lebensweise; alles, was er nicht aufgrund eigener Erfahrung selbst zu Ende gedacht hat, verkommt ihm zur Ideologie.“ (Radisch 2013, 155)

Sisyphos wird von Camus als „Held des Absurden“ bezeichnet. Das Bild des Aufstiegs steht nach Annemarie Pieper (1984, 117) für die Anstrengung des Menschen, sich und der Welt einen beiden gemeinsamen Sinn zu erschließen. Die Aufwärtsbewegung zum Gipfel hin symbolisiert das Streben des Menschen nach dem Unbedingten, seinen Anspruch auf Einheit mit der Welt, während das Herabrollen des Felsen Sinnbild des Scheiterns des Menschen an der Welt ist, die sich dem Zugriff durch den Menschen entzieht und damit seinen Sinnanspruch zurückweist. Damit manifestiert sich das Absurde (Pieper 1984, 117). Damit sind zwei zentrale Begriffe der Philosophie Camus‘ benannt: Sehnsucht nach Einheit und das Scheitern dieser Sehnsucht, was das Absurde begründet.

Die Philosophin Annemarie Pieper bezeichnet als Ausgangspunkt, um den Camus‘ gesamtes denkerische Bemühen kreist, das Problem der Einheit (Pieper 1984, 64). Camus definiert den Menschen als das nach Einheit strebende Wesen. „Eine Welt, die sich – wenn auch mit schlechten Gründen – deuten und rechtfertigen läßt, ist immer noch eine vertraute Welt. Aber in einem Universum, das plötzlich der Illusionen und des Lichts beraubt ist, fühlt der Mensch sich fremd. Aus diesem Verstoßen-sein gibt es für ihn kein Entrinnen, weil er der Erinnerungen an eine verlorene Heimat oder der Hoffnung auf ein gelobtes Land beraubt ist. Dieser Zwiespalt zwischen dem Menschen und seinem Leben, zwischen Schauspieler und

seinem Hintergrund ist eigentlich das Gefühl der Absurdität.“ (Camus 1997, 12 f) Und an anderer Stelle: „Das Gefühl der Absurdität kann einen beliebigen Menschen an einer beliebigen Straßenecke anspringen.“ (Camus 1997, 18) Und er erklärt den Absurditätsbegriff konkreter: „Dann stürzen die Kulissen ein. Aufstehen, Straßenbahn, vier Stunden Büro oder Fabrik, Essen, Straßenbahn, vier Stunden Arbeit, Essen, Schlafen, Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag, Samstag, immer derselbe Rhythmus – das ist sehr lange ein bequemer Weg. Ein Tages aber steht das ‚Warum‘ da, und mit diesem Überdruß, in den sich Erstaunen mischt, fängt alles an. ‚Fängt an‘ – das ist wichtig. Der Überdruß ist das Ende eines mechanischen Lebens, gleichzeitig aber auch der Anfang einer Bewußtseinsregung. Er weckt das Bewußtsein und bereitet den nächsten Schritt vor. Der nächste Schritt ist die unbewußte Umkehr in die Kette oder das endgültige Erwachen.“ (Camus 1997, 20)

Diese Sehnsucht nach der Einheit ist die Suche des Menschen nach Identität, die aber als Differenz erfahren wird, da er einer fremden Welt gegenübersteht. Diese Differenz wird nun selbst thematisiert und auf ihren Sinn befragt. Das sinnlose Sein in der Welt und das nach Sinn fordernde Denken stehen einander gegenüber (Kampits 1968, 39).

Mit „Welt“ meint Camus die Gesamtheit dessen, was sich dem Menschen im Sinnlich-Leiblichen erschließt. Darüber hinaus versteht Camus „Welt“ auch als „Diesseits“ (Kampits 1968, 14).

Traditionell besteht die Gemeinsamkeit der traditionellen Einheitskonzepte und Lösungsvorschläge darin, dass sie auf einen Gottesbegriff als höchsten Sinngaranten der Welt im Ganzen und der menschlichen Existenz im Besonderen rekurren. Camus geht es nicht um die Klärung der Frage, ob es einen Gott gibt oder nicht, er würde ihn als Legitimationsgrund nicht gelten lassen. Camus' Standardargument lautet, dass ein Gott, der eine Welt zulässt, in der Kinder leiden müssen, unmöglich den Sinn der Welt verbürgen kann. (Pieper 1984, 64) „Recht hat nur der, der nie getötet hat. Also kann es nicht Gott sein“ (Camus (o. J) Reisetagebuch, 35, zitiert nach Pieper 1984, 209).

Und selbst wenn es eine ewige und unvergängliche Wahrheit gäbe, bliebe sie in der Fülle des Lebens und der Welt ohne Bedeutung. Dem Menschen begegnet im Sinnlich-Leiblichen die erdrückende Fülle des Lebens, sodass jede religiöse, ideelle oder rationale Wahrheit ihre „Nichtung“ erfährt (Kampits 1968, 14).

Gott ist für Camus also kein letzter Sinngarant im menschlichen Leben und es gibt nichts, was ihn ersetzen kann, deshalb laufen Sinnforderungen schlussendlich ins Leere. Die augenscheinlichste Konsequenz wäre wohl, dass der Mensch resigniert (Pieper 1984, 65). Dies allerdings ist für Camus nicht akzeptabel: „Dieses Heimweh nach der Einheit, dieses Verlangen nach dem Absoluten enthüllt das wesentliche Agens des menschlichen Dramas.“ (Camus 1997, 24)

Tatsächlich steht der Mensch der Welt gegenüber und geht damit des Anspruchs verlustig, Teil dieser Welt zu sein. Damit gehört er nicht mehr dazu, ist in seiner Existenz alleingelassen und er ist sich dessen bewusst. „Wenn ich Baum unter Bäumen wäre, Katze unter Tieren, dann hätte dieses Leben einen Sinn oder vielmehr: dieses Problem bestünde überhaupt nicht, denn dann wäre ich Teil dieser Welt. Ich wäre diese Welt, zu der ich mich jetzt mit meinem ganzen Bewußtsein und mit meinem ganzen Anspruch auf Vertrautheit in Gegensatz befinde. Eben diese höhnische Vernunft setzt mich in Widerspruch zur ganzen Schöpfung. (Camus 1997, 57 f)

Wäre der Mensch ein Baum oder ein Tier, dann wäre er ein Teil der Welt als Natur, und es gäbe nicht den absurden Bruch zwischen der Welt auf der einen und meinem Geist und meinem Bewußtsein auf der anderen Seite.“ (Oelmüller, Dölle-Oelmüller & Geyer 1993, 29) Das bedeutet, dass der Mensch nicht mehr Teil der Welt ist, weil er die Welt als Wesen, das Geist hat, reflektieren und betrachten kann, er kann sie sich zum Objekt seines Denkens machen und damit ist er nicht mehr Teil von ihr, so wie der oben erwähnte Baum oder das Tier. „Das Absurde entsteht aus dieser Gegenüberstellung des Menschen, der fragt, und der Welt, die vernunftwidrig schweigt. Das dürfen wir nicht vergessen.“ (Camus 1997, 35) So ist das Absurde für Camus im Wesentlichen ein Zwiespalt. Es ist weder in dem einen noch in dem anderen verglichenen Element enthalten. Es entsteht durch die Gegenüberstellung

Mensch – Welt (Camus 1997, 37). Und wenn der Mensch dem Absurden gegenübertritt, ist alles erschüttert (Camus 1997, 63).

Zur Absurdität gehört auch die „Dichte und Fremdartigkeit der Welt“ (Camus 1997, 22). „Dicht“ meint hier die Undurchdringlichkeit, die Verslossenheit der Welt, sie macht dicht unserem Wunsch nach Erkennen gegenüber und sie bleibt uns fremd.

Und letztlich greift Camus das Thema Tod auf, das auch Inhalt des absurden Gefühls ist, und er staunt darüber, „daß jeder so lebt, als ob niemand ‚wüßte‘...Die Zeit erschreckt uns mit ihrer praktischen Lektion, die Lösung kommt erst hinterher.“ (Camus 1997, 22 f)

Das ist Sisyphos auf dem Weg auf den Gipfel, wie er sich abmüht, den Felsen nach oben zu bringen. Sisyphos mit seinem menschlichen Streben, seiner Sehnsucht nach Einheit mit der Welt und dem naturalen Streben des Felsens, der Sisyphos in seiner Sehnsucht enttäuscht (Pieper 1984, 117). Dies ist der anthropologische Ausgangspunkt des Absurden für Albert Camus.

### **3.2. Das Menschenbild der Existenzphilosophie**

Die Existenzanalyse steht in der Tradition der Existenzphilosophie, zB der Philosoph/-innen Kierkegaard, Heidegger, Jasper, Sartre, Bollnow, Arendt (Längle 2008, 23).

Die Existenzphilosophie allgemein basiert auf dem Ausdruck „Existenz“, wobei er aus der Gegenüberstellung „existentia“ und „essentia“ hervorgeht. Die Existenzphilosophie versteht sich in Opposition zur Essentia- oder Wesensphilosophie der klassischen Metaphysik (Gloy 2006, 66). Die Wesensphilosophie geht von der „Metaphysik“ Aristoteles' aus, in der er sich die Frage nach der Eruiierung „des Seienden als Seienden“ stellt, was als Wesen oder Natur des Seienden bestimmt wird und damit als das Allgemeine und Unveränderliche, Unentstandene und Unvergängliche dem einzelnen, veränderlichen, entstehenden und vergehenden Seienden zugrunde liegt und, abgetrennt von allem Sinnlichen, nur durch das Denken zugänglich ist (Gloy 2006,

67). Hier vollzieht die Existenzphilosophie eine radikale Umkehr, sie besinnt sich auf das Singuläre und Geschichtliche, auf das Individuelle, das Nicht-Allgemeine, das Nicht-Essentielle, eben auf das Existenzielle, und zwar in der Einzelstellung des Menschen (Gloy 2006, 68).

In der Tradition meint „existentia“ die Realisation des Wesens (der „essentia“), d. h. die Realisation als Da-Sein eines begrifflich bestimmbar Ding, sein Wirklich-Sein. „Essentia“ hingegen meint das abstrakte Wesen oder So-Sein, das Was-Sein (Gloy 2006, 68). Diese Existenz wird nicht im und mittels des Denkens erfasst, das würde auf das Allgemeine zielen, sondern in emotionalen Erlebnis- und Erfahrungsweisen, wie der Verzweiflung, dem Ekel, der Angst und der Langeweile. In ihnen verlieren alle Weltinterpretationen und Wertungen ihre sichernde und bergende Kraft, die Verankerung des Menschen im Ganzen wird aufgehoben, die vertraute Umwelt wird dem Menschen fremd und schließlich auch er sich selbst. Hierdurch kann er sich nicht mehr von einem ihn umgreifenden Ganzen her verstehen, sei es einer ewigen Wahrheit oder inhaltlich-kategorialen Bestimmung, sondern er erfährt sich in seiner absoluten Vereinzelung und Verlassenheit (Gloy 2006, 69).

Diese Auffassung schafft die Basis für die Anthropologie der Existenzanalyse: Existenz ist nicht nur, sie hat zu sein. Das bedeutet, das Sein ist nicht einfach gegeben, sondern aufgegeben. Existenz bestimmt sich danach, was sie wird oder was sie nicht wird (Gloy 2006, 69). Existenz bedeutet ein Verhältnis zu sich selbst, indem die eigenen Möglichkeiten ergriffen oder unterlassen und verfehlt werden können.

Als konkrete Beispiele der Existenzphilosophie werden Ausschnitte aus Texten Kierkegaards und Heideggers erwähnt: Kierkegaard bestimmt Existenz so: „Der Mensch ist Geist. Doch was ist Geist? Geist ist das Selbst. Doch was ist das Selbst? Das Selbst ist ein Verhältnis, das sich zu sich selbst verhält; das Selbst ist nicht das Verhältnis, sondern dass sich das Verhältnis zu sich selbst verhält.“ (Kierkegaard 1997, 13).

Heidegger spricht von einem Seinsverhältnis, durch das der Mensch als dasjenige Seiende charakterisiert ist, dem es in seinem Sein um dieses selbst geht (Gloy 2006, 70). Nach Heidegger kann man nicht von einem Subjekt „Ich“, „Mensch“, „Person“ ausgehen, das bestimmte Anlagen oder Fähigkeiten „hat“, nämlich „besitzt“, sondern dass Existenz die Vollzugsweise, das „Wie“ der Ergreifung oder Versäumung von Möglichkeiten ist (Gloy 2006, 70).

Indem der Mensch also die Möglichkeiten ergreift oder nicht und die Art, wie er sie ergreift, vollzieht er seine Existenz. Durch diesen Existenzvollzug nimmt der Mensch in jeder einzelnen Situation ein bestimmtes Verhältnis zur Welt ein. Erkennbar wird dies darin, dass er sich bewusst wird, wie er zur Welt steht (zB in der Angst). Und seine Möglichkeiten entsprechen der jeweiligen Situation oder eben nicht und bestimmen dadurch seinen Weltbezug (Gloy 2006, 70).

Und schließlich ist die Existenz wesenhaft endlich, der Tod setzt ihr eine Grenze, diese Grenze ist jedoch in der Existenz eingeschlossen und gehört dazu.

Zusammengefasst und auf die Lebenspraxis bezogen, bedeutet das, der Mensch ist nicht in seinem Wesen festgelegt (determiniert), sondern vom Leben angefragt, er muss eine Wahl treffen in jeder einzelnen Situation. Weiters wird er immer auch als Einzelner gesehen, aber auch als Einzelner in seiner Umwelt, in seinen Bezügen und in der jeweiligen Situation. Existieren bedeutet das Erkennen und anschließend das Ergreifen oder Nichtergreifen der eigenen Möglichkeiten, das immer situationsgebunden betrachtet wird. Existenz ist begrenzt durch den Tod, der dazu gehört: Ich existiere endlich bzw. als Sterbliche/r.

Abschließend sei noch aufgelistet, was die Existenzanalyse als einer psychotherapeutischen Anwendung der Existenzphilosophie als relevant übernommen hat (Lleras 1998, 29):

- a. Die Zentrierung auf die Einmaligkeit des Subjekts und seine Seinsweisen, wobei dieses welthaft ist, d. h. auch durch die Anderen mitkonstituiert wird.

- b. Der Erlebnischarakter des Verhältnisses zu sich und zu den Anderen: die Betroffenheit und die subjektive Beteiligung, die Teilnahme und die Verantwortung.
- c. Die Zeitlichkeit und Endlichkeit
- d. Die Dimension des Dialogs mit sich selbst und mit dem Anderen (Begegnung) als Konstitutivum des Subjekts.
- e. Existenz als Aufgabe

### **3.3. Das Menschenbild der Existenzanalyse**

In der Existenzanalyse geht es um das Verständnis des Menschseins und um die Wege, wie der Mensch trotz des mit dem Leben verbundenen Leidens und der Begrenztheit zu einer erfüllten Existenz gelangen kann. Neben der Hauptmotivation „Sinn“ nach Frankl, ergänzte A. Längle (u. a. Längle 2013, 71 - 86) drei weitere Grundmotivationen, die nun die Basis für die Existenzanalyse als Strukturmodell bilden.

Der Mensch wird in der Existenzanalyse als eingebettet in einer Welt gesehen, Existenz geschieht nur in der Welt, wobei Welt und Mensch in einem Wechselverhältnis stehen. Der Mensch muss sich, weil er frei ist, stets entscheiden, ob ihm dies nun bewusst ist oder nicht. Damit gestaltet der Mensch sein Dasein. Das Leben fragt die Person ständig an, stellt ihr Aufgaben, verlangt Entscheidungen und durch diesen Gestaltungsauftrag in Freiheit und Verantwortung vollzieht sich die Existenz des Menschen.

Der Mensch ist also auf die Welt, auf die anderen Menschen und auf sich selbst bezogen, er steht in „dialogischer Beziehung“ zur Welt und zu sich selbst (Längle 2013, 31). Dieses dialogische Wechselverhältnis mit anderen und anderem ermöglicht ein „Sich selbst sein“ bzw. ein „Sich selbst werden“. Das Eigene gründet nicht nur auf Internalisierungen von äußeren Erfahrungen, sondern hat immer auch

einen genuinen, unverwechselbaren Ursprung in der Person, dem Geistigen, selbst (Längle 2008, 23 f).

Frankl geht es in seiner Logotherapie um eine „Psychotherapie vom Geistigen“ her, da er als Wesensgrund menschlichen Daseins das „Verantwortlichsein“ postuliert. Deshalb sieht er die Notwendigkeit einer Wendung zu einer Existenzanalyse, die die Analyse des Menschseins auf Verantwortlichsein hin in den Mittelpunkt rückt (Frankl 2013, 61). Und Verantwortung heißt für Frankl jeweils „Verantwortung gegenüber einem Sinn“ (Frankl 2013, 66).

Existenz ist also – aufbauend auf Frankls Existenzverständnis – „Leben mit innerer Zustimmung“. Der Weg zur besseren Realisierung der Existenz braucht die Zustimmung zum eigenen Sich-Verhalten, was die doppelte Auseinandersetzung voraussetzt: die innere Auseinandersetzung mit sich selbst und eine äußere mit der Welt.

Dies impliziert, dass der Mensch in Distanz zu sich selbst kommen kann, dass er fähig ist zur „Selbst-Distanzierung“, indem sich der Mensch selbst gegenübertritt und damit zum Psychophysischen auf Abstand gehen, ja sogar in Opposition zu ihm gehen kann (Bauer, Fartacek & Nindl 2011, 244).

Im Mittelpunkt der Existenzanalyse steht der Begriff „Existenz“, die als sinnvolles, in Freiheit und Verantwortung gestaltetes Leben in der Welt verstanden wird, mit der die Person in unablässiger Wechselwirkung und Auseinandersetzung steht. Das ist das, was Menschsein im Wesen ausmacht. Erst in zweiter Linie geht es in der Existenzanalyse um spezielle Aspekte der Lebensbewältigung (Längle 2008, 23).

Die Grundbedeutung von „Existenz“ in der Existenzanalyse geht auf die Existenzphilosophie, insbesondere auf Scheler und Heidegger zurück. „Existenz“ wird infolgedessen in der Existenzanalyse als Kernbegriff verstanden, der die besondere Seinsweise des Menschen beschreibt, die ihn von allen anderen Wesen und Objekten unterscheidet. Diese besondere Seinsweise besteht darin, dass der Mensch sich stets in einer „Situation“ befindet, die ihn als Person „an-geht“ bzw. „an-



spricht“. Der Mensch begegnet dieser Situation, vernimmt daraus eine Aufforderung, führt eine innere und äußere dialogische Auseinandersetzung zur Entscheidungsfindung und gelangt schließlich zu einem über sich Hinausgehen („existere“) und sich Einlassen auf Anderes (Selbsttranszendenz). Dadurch gestaltet der Mensch seine Welt und sein eigenes Sein und gelangt so zur Existenz (Längle 1998, 13).

Dieser Weg zur Existenz verdichtet sich in der Ausbildung des eigenen Willens (der Entschiedenheit), wodurch der Mensch seine Handlungsbereitschaft in seiner Welt erlangt. Existenz wird danach so verstanden, dass die Gestaltung beider Pole gelingt: jenes Poles der eigenen Welt sowie des Poles der eigenen Person (Längle 2008, 23).

Heideggers Betonung der Endlichkeit des menschlichen Existierens hat auch in der Existenzanalyse einen hohen Stellenwert und kann als Möglichkeit zur Vertiefung der Tragik der menschlichen Existenz gesehen werden. Allerdings steht die Konfrontation mit der Endlichkeit und Sterblichkeit im Hintergrund, während der Einsatz der Freiheit und Verantwortung, das Selbstsein, im Vordergrund stehen (Längle 2008, 15 f).

Hervorzuheben ist auch noch, dass in der Existenzanalyse das Menschenbild positiver gesetzt wird als bei den genannten Philosophen: Der Mensch soll befähigt werden, „er selbst sein“ zu können, sein Erleben nicht abdrängen zu müssen und in die Begegnung mit anderen zu kommen. Gefahren und Scheitern gehören zum Leben eines Menschen. Jedoch stehen die Möglichkeiten und Angebote des Lebens im Vordergrund, denn sie zählen letztlich (Längle 2008, 16 f).

## **4. Merkmale menschlicher Existenz**

### **4.1 Das Verhältnis Mensch und Welt**

Was den Menschen allein zum Menschen macht, ist nach Scheler der Geist (Scheler 2010, 27 f). „Das Aktzentrum aber, in dem Geist innerhalb endlicher Seinssphären erscheint, bezeichnen wir als ‚Person‘, in scharfem Unterschied zu allen funktionellen

Lebenszentren, die nach innen betrachtet auch ‚seelische‘ Zentren heißen.“ (Scheler 2010, 28)

Der Mensch, das geistige Wesen, ist existenziell vom Organischen entbunden, er ist also nicht mehr trieb- und umweltgebunden, sondern „umweltfrei“ bzw. „weltoffen“ (Scheler 2010, 28). Damit kann und muss der Mensch Freiheit leben, in den Dialog mit der Welt, mit dem Anderen/den Anderen gehen, ist befähigt, nicht nur nach Lustvollem zu streben, er kann sich gegen die Befriedigung seiner Lust entscheiden, um das Sinnvolle zu wählen.

Heidegger akzentuiert die Problematik der Existenz: Das Charakteristikum des Menschseins wird bei ihm darin gesehen, dass der Mensch als Subjekt „in der Welt ist“ („In-der-Welt-Sein“), im Gegensatz zu allem übrigen Seienden. „Anders gesagt: Nur der Mensch kommt nicht einfach in der Welt vor, sondern existiert, ‚welthaft‘, was meint, dass er im Unterschied zu allem anderen Seienden auf Welt bezogen ist.“ (Holzhey-Kunz 2008, 203)

So ist diese Welt ein „Zu-Hause“, in dem er wohnt, wo alles vertraut ist (Heidegger 1993, 54), jedoch ist es nach Heidegger nicht unbedingt eine Heimat, ein Ort der Geborgenheit (Heidegger 1993, 54). So wie er auch den Begriff „das Nichts der Welt“ als „Unzuhause-Sein“, an dem es sich nicht leben lässt, begreift (Heidegger 1993, 189). Dieses menschliche „In-der-Welt-Sein“ ist also nach Heidegger ein widersprüchliches, es ist bedroht und begründet, dass der Mensch sich in ständiger Bewegung vom Zustand des Unzuhause-Seins hin zu einer sinngedeuteten und dadurch dem Leben zugewandten Welt befindet. Diese Flucht ist aber eine vor sich selbst, die niemals wirklich gelingen kann (Holzhey-Kunz 2008, 206).

„Das Un-zuhause muß existenzial-ontologisch als das ursprünglichere Phänomen begriffen werden.“ (Heidegger 1993, 189) In Heideggers „Sein und Zeit“ ist die Angst das ursprüngliche Phänomen, die das Strukturganze der Alltäglichkeit zeigt. „Die Angst dagegen holt das Dasein aus seinem verfallenden Aufgehen in der ‚Welt‘ zurück. Die alltägliche Vertrautheit bricht in sich zusammen.“ (Heidegger 1993, 189) Seine Betonung liegt also in einer negativen Gestimmtheit der Existenz, die sich bei

manchen Existenzphilosophen finden lässt, während die Existenzanalyse das Menschenbild positiver sieht (Längle 2008, 16).

Mensch und Welt bilden – wie oben ausgeführt wurde – ein Wechselverhältnis, stehen einander also nicht isoliert gegenüber, sondern wirken nach der Existenzanalyse aufeinander ein: der Mensch durch sein Verhalten, die Welt durch ihr Wirken auf den Menschen.

Das Verhältnis von Mensch und Welt begründet den Begriff der Absurdität bei Albert Camus, wie oben ausgeführt wurde. Für Camus resultiert aus dem Zwiespalt Mensch – Welt das Faktum der Absurdität, in der der Mensch im Verhältnis zur Welt steht. Er ist auf der Suche nach Einheit, nach seiner Identität, die es nicht gibt, da die Welt ein Anderes ist.

Die Existenzanalyse sieht auch, dass Mensch und Welt nicht ident sind, betrachtet diese Differenz jedoch nicht als Bruch, sondern als ein Gegenüber, das grundsätzlich nicht absurd, d. h. sinnlos, widersinnig ist, sondern das als Auftrag gesehen wird, die Anfragen des Lebens in personaler Stellungnahme zu beantworten. Frankl spricht vom „Aufgabencharakter des Lebens“, der einerseits darin besteht, dass der Mensch das Dasein als Verantwortlichsein gegenüber Möglichkeiten der Wertverwirklichung erlebt, und andererseits, dass ihm bewusst wird, dass die Erfüllung der Aufgabe eine spezifische ist, die einzigartig entsprechend jeder Person ist und von Stunde zu Stunde gemäß der Einmaligkeit jeder Situation (Frankl 2013, 101 f).

Zum Welt-Begriff ist zu sagen, dass die Existenzanalyse den Begriff „Welt“ in einem doppelten Sinn versteht und um eine zweite Realität ergänzt. In der äußeren Realität findet sich erstens der Mensch vor, er erlebt sich hineingestellt, sie war schon vor ihm: diese Welt, dieses Land, diese Sprache, diese Kultur. Diese äußere Realität hat objekthaften Charakter.

Gleichzeitig hat der Mensch zweitens eine innere Realität, die als „Eigenes“ empfunden wird, weil sie unmittelbar trägt: der Körper und die Psyche. In dieser Welt ist sich der Mensch selbst gegeben, sie wird subjektiv erlebt, „Ich mit mir“ (Längle

2008, 92 f). „In der abgestimmten Anteilnahme zu beiden Realitäten kommt der Mensch zum ‚Existieren‘.“ (Längle 2008, 93)

#### **4.2. Die Freiheit des Menschen**

Der Mensch ist kein vollständig determiniertes Wesen, wiewohl die Determinanten der Existenz nicht geleugnet werden sollen. So stellen ökonomische, soziale, politische, kulturelle Umstände den Menschen fest, ebenso die physikalisch-chemisch-biologischen Abläufe oder die körperlichen sowie psychischen Prozesse, die von selbst ablaufen. Trotz allem bleibt ein kleiner Spielraum an Freiheit für jeden Menschen, sowohl in der äußeren Welt als auch innerhalb eines Menschen. Dies ist auch Voraussetzung dafür, von der „menschlichen Existenz“ zu sprechen, denn alles andere wäre ein bloßes Vegetieren (Längle 2016, 46). Als Mensch, das Leben zu leben, meint also, es selbst zu übernehmen und aktiv zu führen, was wiederum bedeutet, dass man Entscheidungen fällen muss.

Das Wesen der Existenz besteht darin, dass es fakultativ ist (und nicht faktisch). Der Mensch ist unabgeschlossen und sich selbst aufgegeben, „seine Wirklichkeit ist eine Möglichkeit, und sein Sein ist ein Können.“ (Frankl 2014, 217)

Voraussetzung dafür, dass wir entscheiden können, ist die Freiheit des Menschen. Jedoch kann Freiheit nur die Freiheit gegenüber einem Schicksal sein, ein „freies Sich-Verhalten zum Schicksal“. Der Mensch ist zwar frei, aber er ist nicht „gleichsam frei schwebend im luftleeren Raum, sondern er befindet sich inmitten einer Fülle von Bindungen“ Freiheit gibt es erst dort, wo es Bindungen gibt, die Frankl als „Absprungbasis“ bezeichnet. Der Mensch ist ein Wesen, das sich frei macht von dem, wodurch es bestimmt ist (Frankl 2014, 217).

Diese Freiheit ist auch mit dem Begriff Heideggers „existiert“ gemeint, d. h. der Mensch ist nicht determiniert in seinem Wesen, sondern er ist wesenhaft ausgerichtet auf Welt, ist nach Scheler „weltoffen“ und vollzieht seine Existenz in einem dialogisch-begegnenden, unaufhebbaren Verwobensein mit dem „anderen“ der Welt (Längle 2008, 80). Deshalb gilt es für jeden Menschen, dass er sich dieser

Weltoffenheit bewusst wird, diese Freiräume auslotet, abwägt, die Konsequenzen bedenkt und sein Leben gestaltet. Damit geht er eine Verantwortung ein, er antwortet dem Leben und seinen Fragen, die es an ihn stellt.

Nach Heidegger wählt sich das Selbst und entwirft sich auf seine Möglichkeiten hin (Capurro 1991, 234). Der Mensch ist auf seine Möglichkeiten hin offen und er kann seine Existenz als „Frei sein für...“ vollziehen (Capurro 1991, 235).

Für Jean-Paul Sartre ist der Freiheitsbegriff ein zentraler, den er in seinen Dramen vielfach veranschaulicht. Die Freiheit des Menschen entsteht dadurch, dass die Existenz der Essenz vorausgeht, d. h. dass der Mensch durch keinerlei Begriff definiert werden kann. Deshalb existiert der Mensch zuerst, begegnet sich, taucht in der Welt auf und definiert sich erst danach (Sartre 1980, 9 ff). Und Sartre spitzt die Freiheit des Menschen noch zu, indem er meint, dass es für den Menschen keine Vorausbestimmung gibt, dass er frei ist, ja die Freiheit ist. Und weiter: „Wir sind allein, ohne Entschuldigungen. Das ist es, was ich mit diesen Worten ausdrücken will: Der Mensch ist verurteilt, frei zu sein.“ (Sartre 1980, 9 ff)

Dieses Faktum der Unbestimmtheit greift die Existenzanalyse auf: Diese Unbestimmtheit des Menschen gibt uns frei, sie leugnet nicht die unzähligen Determinanten der Existenz, sondern betont den Spielraum von Möglichkeiten, der dem Menschen sowohl in der äußeren Welt als auch im Innenverhältnis sich selbst gegenüber zur Verfügung steht. Für diese zwei Realitäten (die äußere und die innere) ist der Mensch wesensmäßig offen.

Legen wir den Freiheitsbegriff an die Figur Sisyphos an, so zeigt sich, dass auch er seinen zugegebenermaßen sehr kleinen Spielraum erkennt und nützt.

Pieper sieht in Sisyphos' Freiheit eine Freiheit im Sinne von Autonomie, nämlich existenziell als die Freiheit, aus der heraus sich ein Subjekt als dieses bestimmte Individuum ein Gesetz, eine Regel für seine Handlungen gibt. Beim Abstieg eröffnet sich Sisyphos, indem er sich von allen Bedingungen seines Denkens und Tuns distanziiert, die er nicht selbst gesetzt hat, der Raum, in dem er diese Aufgabe als

seine annimmt, sie als identitätsstiftend für sich begreift und der fremde Fels sein Stein wird (Pieper 1984, 120).

„Das Vermögen, Werte aus eigener Kraft zu schaffen, setzt voraus, daß die Determination durch das Absurde nicht vollständig ist, daß sich innerhalb des Zwangssystems gewissermaßen eine Lücke finden läßt, in der die menschliche Freiheit produktiv werden kann.“ (Pieper 1984, 142) Und Camus hält in seinem Tagebuch fest: „Gegen den Amor fati. Der Mensch ist das einzige Tier, das sich weigert, zu sein, was es ist.“ (Camus 1972, 266)

Diese Freiheit ist faktisch, sie muss genutzt werden, was wiederum nur möglich ist, wenn sich der Mensch ihrer bewusst wird. Sisyphos ist ein bewusster Held, er weiß um die Bedingungen seiner Existenz, doch sein Leid ist wie jedes Leid an sich sinnlos. Im Umgang mit ihm hingegen kann Sinn liegen. Er ergreift diese Möglichkeit, die sich ihm bietet, dass er trotz der Sinnlosigkeit des Leides einen existenziellen Sinn findet.

„Der Weg liegt im Einbezug persönlicher Stellungnahme und Aktivität zum Leid. Wenn schon das Leid als sinnlos erfahren wird, so kann doch im Leiden ein möglicher Sinn gefunden werden. Der Sinn des Leides liegt für den Menschen also in erster Linie im Umgang mit dem Leid.“ (Längle & Bürgi 2016, 95)

Sisyphos tut genau das: Er bezieht Stellung, er verachtet sein Schicksal, klagt nicht, bemitleidet sich nicht, akzeptiert es nicht als Strafe, er macht es zu seinem Eigenen, zu seinem Schicksal.

So glückt ihm die Sinnggebung seines Lebens, so gelingt es ihm, der totalen Determination durch den Stein seine Freiheit entgegenzusetzen und sich damit zum Herrn des (seines) Universums zu machen. Er setzt sich ein Ziel und benutzt den Stein, um seinen Protest gegen die Unmenschlichkeit seiner Lebenssituation auszudrücken (Pieper 1984, 121).

Eine grundsätzliche Form der Haltung gegenüber der Absurdität ist bei Camus die Haltung der Revolte des Menschen, das Aufbegehren, die Ablehnung, die Sisyphos

einnimmt, indem er der Absurdität die Stirn bietet, sich ihr nicht unterwirft und sein Schicksal verachtet.

### **4.3. Die dialogische Veranlagung des Menschen**

Die Person ist offen, empfänglich und trifft auf ihr wesenhaftes Freisein. Das macht den Menschen zu einem dialogischen Wesen. Zum einen ist er angesprochen von dem, was an ihn von außen herantritt, zB die Werte in der Welt, und was von innen an ihn herantritt, das ist er selbst in seiner Intimität und Gewissenhaftigkeit. Zum anderen steht sich der Mensch selbst gegenüber und entscheidet über sich (Längle 2008, 95).

„Die dialogische Veranlagung des Menschen bezeichnen wir als das Basistheorem der EA, denn dadurch wird sein Existieren zur Antwort auf die Fragen des Daseins.“ (Längle 2008, 95)

Sisyphos wird vom Leben angefragt, er steht oben auf dem Gipfel, der Stein rollt nach unten, er findet keine Fläche, auf der er zur Ruhe kommen kann. Sisyphos ist offen für diese Frage, er antwortet in Abstimmung mit sich und der aktuellen Situation dem Leben, er findet einen Umgang mit dem Gegebenen, einen Umgang, in dem das Leben trotz aller Schwere und trotz allen Leidens bejaht wird. Er handelt nicht automatisch, reflexartig, er ist ein bewusster Held, also einer, der aus der begrenzten Freiheit heraus handelt. Das Schicksal zu verachten, die Aufgabe zu seiner zu machen, die Revolte gegen das Schicksal, das ist seine Antwort auf die Anfrage des Lebens.

Die Haltung des Sich-fragen-Lassens ist grundlegend für die innere Erfüllung und für die Sinnfindung in der Existenz. Die existenzielle Haltung ist eine, in der sich der Mensch offenhält für das Wesen des Gegebenen, für den Sinn des Seins, für die Fragen der Situation einerseits aus der Welt, andererseits aus einem selbst (Längle 2008, 100).

#### **4.4. Innere Zustimmung**

Die Person, der Geist sucht die Inhalte der personal-existenziellen Grundmotivationen (die Wahrheit, das Gute, das Rechte, das Sinnvolle), durch die Existenz eine Struktur in den Innen- und Außenbezügen erhält und dadurch gestaltbar wird. Das Geistige im Menschen sucht nach diesen Inhalten, die für den Vollzug der Existenz notwendig sind und mit denen ein offener, dialogischer Austausch gewünscht wird. Wenn dies gelingt, kann sich der Mensch in seiner Welt selbst verwirklichen (Längle 2008, 68).

Nur durch die Mobilisierung der Person kann der Mensch in die Aktivität kommen, um Antworten auf die Fragen des Lebens zu geben: „Will der Mensch sein Leben ‚zu seinem‘ machen, will er selbstverantwortlicher Akteur in seinem Leben sein, dann ist seine persönliche Zustimmung zu dem, was er macht, unerlässlich. Damit erreicht er eine erhöhte Präsenz im Dasein, verbunden mit tieferem Erleben und persönlicher Erfüllung.“ (Längle 2008, 102)

Um die innere Zustimmung geben zu können, braucht man einen Referenzpunkt für Antworten, der letztlich im Gestaltungswillen des Menschen begründet ist. „Wenn die Referenzpunkte in der Antwort auf das eigene, gespürte und empfundene Wesen Bezug nehmen, geben sie Erfüllung.“ (Längle 2008, 103) Eine solche Antwort erwächst aus dem inneren wie äußeren Dialog, sie ist auf den Menschen und auf die Situation zugeschnitten, sie ist frei und entspricht dem Eigenen und sie ist Ausdruck der Person (Längle 2008, 103).

Die Existenz vollzieht sich durch dieses Ja (oder Nein) zu dem, was da ist, war oder werden soll. Die Akzeptanz eines Ja gibt dem Zugestimmten Raum, schafft aber auch Beziehung zu dem, was da ist. Das ist Voraussetzung für den Dialog, aus dem die Gemeinsamkeit, das Wir der Menschen entsteht. In diesem Ja stellt sich die Person zu dem, was ist, sie wird aktiv und „veredelt“ die Situation mit ihrem Wesen, mit sich selbst. Letztlich gebiert sich die Person mit diesem Ja gewissermaßen selbst aufs Neue und schafft für sich selbst eine maßgebliche Wirklichkeit (Längle 2008, 105).



Diese Zustimmung ist ein Akt der Bejahung, der eine emotionale Komponente enthält, dass man sich zuvor eingestimmt hat, dass man auf seine innere Stimme achtet, dass die Zustimmung stimmig mit der Situation, aber auch mit sich selbst ist (Längle 2008, 106).

Die Zustimmung des Sisyphos besteht darin, dass sein Referenzpunkt die Rebellion gegen das Absurde ist, dass er sich der Strafe nicht ergibt, dass sein Schicksal, das ihm von außen aufgezwungen worden ist, durch die innere Zustimmung nun ihm gehört, er hat es sich zu eigen gemacht, zu seinem Eigenen, der Fels ist jetzt seine Sache. Er vollzieht seine Existenz durch das Ja zu dem, was da ist und auf ewig bleiben wird. Er schafft eine Beziehung zu diesem Stein, zu dieser Tätigkeit, zu diesem Sich-Wiederholen. Er stellt sich zu dem, was ist, und gebiert mit dieser Zustimmung selbst eine Wirklichkeit und die Person aufs Neue und er findet damit Sinn in ihr.

#### **4.5. Krise und Leid aus existenzanalytischer Sicht**

Jeder Mensch wünscht sich Freude, Glück, Vertrauen, Geborgenheit und Sicherheit. Jedoch sind Krise und Leiden eine Realität im Leben von Menschen, sie gehören dazu wie all die ersehnten positiven Aspekte des Lebens. Ohne den Begriff „Leid“ nun genauer zu untersuchen, lässt sich festhalten, dass wir dann von Leid sprechen, wenn wir Unangenehmes in allen Schattierungen und Graden unfreiwillig ertragen müssen. Denn sobald wir freiwillig auf etwas verzichten, um eines höheren Sinns willen, kann es auch Erfüllung sein.

So meint auch Längle: „Das Kriterium dafür ist die Freiheit. Allein die Tatsache, daß wir etwas freiwillig tun, schließt aus, daß der Leidensaspekt im Vordergrund steht. Der Grund ist einfach: Willentlich können wir bekanntlich nichts Negatives tun.“ (Längle 2009, 22) Er sieht, dass der „Stachel des Leidens“ durch die Freiwilligkeit „gebrochen“ wird (Längle 2009, 23).

Und Längle postuliert, dass aus existenzanalytischer Sicht ein Erleben dann als leidvoll empfunden wird, wenn die Grundstrukturen der Existenz angegriffen oder

beschädigt werden (Längle 2009, 23). Diese Grundstrukturen sind die vier Realitäten für die Gestaltung der Existenz (Beziehung zur Welt und ihren Bedingungen, zum Leben und seiner Kraft, zur eigenen/anderen Person, zur Zukunft und zum größeren Zusammenhang) (u. a. Längle 2009, 23).

Sisyphos steht prototypisch für den leidenden Menschen, ja mehr noch, für den leidenden Menschen, der ein Leiden ohne Sinn auf sich nehmen muss. Nietzsches „Wer ein Warum zu leben hat, erträgt fast jedes Wie.“ hat hier vorerst keine Gültigkeit mehr, denn sinnloser kann eine Tätigkeit, ein Tagesablauf nicht sein als jener von Sisyphos. Und so steht Sisyphos vor der Aufgabe seines Lebens, mit diesem seinem Leben einen Umgang zu finden. Diese Thematik, einen Umgang zu finden mit den Bedingungen des Lebens, hat sich die Existenzanalyse zur Aufgabe gemacht.

Leiden entsteht, wenn der Mensch mit Zerstörung konfrontiert ist, wenn ein Wert bzw. die Bedingungen für ein gutes Leben verloren gehen. Leiden und Schmerz stellen das Leben ganz oder teilweise in Frage (Längle & Bürgi 2016, 9).

„Die Existenzanalyse hat einen Schwerpunkt in der Anthropologie und in der Frage, wie der Mensch mit seinen Möglichkeiten und Bedingungen in der Welt, in seiner Wirklichkeit, Mensch sein und sein Leben authentisch und wahrhaftig vollziehen kann.“ (Längle & Bürgi 2016, 9)

Die Existenz des Menschen muss vollzogen werden, indem er offen für die Welt ist, Werte fühlt, sich entscheidet und danach handelt. Das Leben des Menschen lebt sich nicht von allein, von selbst, es muss übernommen und geführt werden. Und man kann zu Recht von Sisyphos behaupten, dass er sein Leben als Aufgabe annimmt, dass er es übernimmt und vollzieht. Denn angesichts der Aussichtslosigkeit und Sinnlosigkeit seiner Tätigkeit wäre die pure Resignation, die Verzweiflung das Naheliegendere.

Sisyphos wird vom Leben befragt, er muss dem Leben antworten, es ver-antworten. Sisyphos ist ein Leidender, was der Mythos zwar nicht detailliert beschreibt, sich aber ableiten und schlussfolgern lässt. Er leidet also, denn er hat Wertvolles

verloren: Die Beziehung zu seiner Frau, die gewohnte, vertraute Umgebung, die freie Wahl der Beschäftigung, er ist isoliert und einsam und seine Tätigkeit hat keinen Sinn. Auch für ihn gilt: „Leiden und Schmerz stellen das Leben ganz oder teilweise in Frage; sie bedrohen die Liebe zum Leben.“ (Längle & Bürgi 2016, 9)

Das Leiden bringt Menschen an Grenzen, an oder sogar in Abgründe, es zeigt sich mannigfaltig wie die Menschen, die es trifft. Und der be- und getroffene Mensch muss dieses Leiden aushalten. Dieses Aushaltenkönnen braucht einen Grund, ein Warum, damit ich das Wie aushalten kann. Also steht die Sinnfrage in engem Zusammenhang mit dem Leiden. Es geht letztlich darum, die Beziehung zum Leben in den schweren Zeiten zu halten.

Der Sinn erschließt sich aus dem Fühlen eines Wertes: „Nach Sinn zu fragen, heißt in der Existenzanalyse und Logotherapie, nach dem fühlbaren Wert zu suchen, den etwas – eine Handlung, ein Erleben, ein Erleiden – für mich persönlich hat.“ (Längle 2008, 15)

„Diese Fähigkeit des Menschen, einem Schicksal, einem Leiden, einem Schmerz haltungsgemäß etwas entgegenzustellen, ist die Grundlage für das Opponierenkönnen des Menschen, was nach Scheler (2008) das spezifisch Menschliche kennzeichnet und bei Frankl (1990) zur Formulierung der ‚Trotzmacht des Geistes‘ führt.“ (Längle & Bürgi 2016, 15)

Längle & Bürgi weisen darauf hin, dass die moderne Existenzanalyse nicht vordergründig von einem „Trotzdem“ ausgeht, sondern das Ja zum Leben, die Zustimmung, das Sicheinlassen in den Fokus rückt (Längle & Bürgi 2016, 15). Da die Zustimmung bereits allgemein in dieser Arbeit thematisiert wurde, soll hier speziell auf Sisyphos als leidenden Menschen eingegangen werden.

Nach Längle & Bürgi (2016) bedeutet Zustimmung ein Vierfaches: Zum Ersten meint sie die Akzeptanz der Welt und ihrer Bedingungen. Sisyphos hat Vertrauen in das Leben, er kann die Sinnlosigkeit seiner Tätigkeit und das Leiden daran aushalten. Sisyphos spürt diesen Stein an seiner Wange, fühlt die Erde auf seinen Händen,

spürt die Steigung des Berges, er ist geerdet, fühlt den Halt und nimmt die Realität wahr.

Zustimmung bedeutet zweitens eine Zuwendung zum Leben und zu den Werten: Sisyphos muss sich fragen, ob er sein Leben so noch mag. Und wir wissen bereits, Sisyphos ist der, der trotz der Absurdität seines Lebens Ja sagt, er lehnt den Tod ab. „Der absurde Mensch sagt Ja, und seine Mühsal hat kein Ende mehr.“ (Camus 1997, 127)

Sisyphos muss dazu den Stein zu seinem machen, eine Beziehung herstellen, eine emotionale Verbundenheit zu seiner Tätigkeit herstellen. Sie muss seine Tätigkeit werden. Da für Camus das Leben der einzige Wert, die einzige Norm, der einzige Sinn des Menschen ist, der durch das Absurde nicht negiert werden kann, ist diese Ja zum Leben ein absolutes.

Zustimmung bedeutet drittens Zustimmung zum eigenen So-Sein, d. h. die Achtung der eigenen Person. Sisyphos vollzieht sich als Person im dialogischen Austausch mit der Außenwelt und der inneren Bearbeitung dessen, was ihn erreicht, berührt und anspricht. Nicht die Bestätigung oder Ablehnung im Äußeren ist das Entscheidende, sondern die Stimmigkeit und das Erleben, sich selbst treu zu bleiben. „Darin besteht die ganze verschwiegene Freude des Sisyphos. Sein Schicksal gehört ihm. Sein Fels ist seine Sache.“ (Camus 1997, 127)

Und letztlich bedeutet Zustimmung die Zustimmung zum Werden (zur Veränderung, Tat und Sinn), das Einverständnis zur situativen Anfrage bzw. Herausforderung: Es geht um das Handlungspotential von Sisyphos. Sein Spielraum ist sehr klein, aber er kann an der Einstellung gegenüber seiner Existenz arbeiten und er tut es offensichtlich. Sisyphos kann sich in Form der Revolte der Absurdität entgegenstellen. In Bewusstheit, in der Zustimmung zur Realität, zum eigenen Leben und zur eigenen Person stellt er sich der Absurdität entgegen, vergleichbar einem todkranken Menschen, der seine Krankheit zwar ablehnt, täglich die Behandlungen, die Schmerzen, die Verzweiflung aber aushält, dagegenhält, sie in Würde trägt.

„Camus stellt dem strafenden Schicksal der Götter einen stolz-trotzenden Sisyphos gegenüber, der seine Arbeit trotz Absurdität freiwillig tut. Damit erhält die Mühe einen Sinn, nämlich dass Sisyphos der Absurdität und Sinnlosigkeit standgehalten hat.“ (Längle & Bürgi 2016, 39)

## **5. Der Glücksbegriff**

### **5.1. Zum Glücksbegriff allgemein**

Das gelingende Leben ist seit den Anfängen der Philosophie ein wichtiges Thema, das Werk „De vita beata“ (Seneca) ist nur eines von vielen, das die Frage nach einem guten, erfüllten Leben zu beantworten versucht. Für Aristoteles war die „Eudaimonia“ (das Erfülltsein vom guten Dämon, die Glückseligkeit) das Gut, wonach jeder strebt und das einen Selbstzweck darstellt und das nicht um eines anderen Gutes willen begehrt wird. Wohl gibt es verschiedene Inhalte, mit denen der Glücksbegriff je nach Mensch gefüllt wird, doch lassen sich ein paar Gemeinsamkeiten feststellen.

So kann grundsätzlich unterschieden werden, ob ich „Glück habe“ oder „Glück erlebe“. Erstere Verwendung meint laut Duden online „etwas, was Ergebnis des Zusammentreffens besonders günstiger Umstände ist; ein besonders günstiger Zufall, eine günstige Fügung des Schicksals“, also etwas Unverdientes, etwas, wofür ich mich nicht besonders oder gar nicht bemüht habe, etwas, was mir von außen zufällt wie ein Geschenk. Zweiteres bedeutet nach Duden online eine „angenehme und freudige Gemütsverfassung, in der man sich befindet, wenn man in den Besitz oder Genuss von etwas kommt, was man sich gewünscht hat; einen Zustand der inneren Befriedigung und Hochstimmung“ oder als weitere Variante meint es eine „einzelne glückliche Situation; ein glückliches Ereignis, Erlebnis“. Duden online führt noch die Möglichkeit an, dass damit das „personifiziert gedachte Glück, die Fortuna“ gemeint sein könnte. Im Alltag wird hier selten unterschieden. Philosophen meinen üblicherweise die angenehme und freudige Gemütsverfassung über einen möglichst langen Zeitraum, den Zustand der inneren Befriedigung und Hochstimmung.

Und da dieser Zustand ein begehrenswerter ist, einer, zu dem es uns hinzieht, stellt sich die Frage, ob der Mensch das Glück oder sein Unglück dem Schicksal überlassen muss oder ob wir unser Glück beeinflussen können, ja möglicherweise „unseres Glückes Schmied“ sind, wie die Redewendung besagt.

Abgegrenzt werden muss „Glück“ von „Erfolg“, denn das sind unterschiedliche Begriffe, sowie von „Lust“, die mit „Glück“ nicht deckungsgleich ist. Manchmal überlappen sich diese drei Begriffe, sie meinen jedoch etwas Verschiedenes. So kann ein Rechtsstreit durchaus erfolgreich ausgehen und trotzdem stellt sich kein Hochgefühl ein, oder es kann ein sexuelles Erleben durchaus lustvoll sein, jedoch ist die Befriedigung nur eine körperliche, aber keine, die den ganzen Menschen „befriedet“.

Der Glücksbegriff kann als Wohl des Einzelnen oder das Wohl aller (oder möglichst vieler) gemeint sein. Und sehr oft wird Glück verwechselt mit Geld haben oder seine Sucht befriedigen.

Die Frage und der Wunsch nach dem Glück ist für den Menschen – auch für den nicht-philosophischen – zentral und motiviert ihn zu vielen mehr oder weniger erfolgreichen Versuchen, es in irgendeiner Form zu erreichen.

Das Streben nach Glück unterliegt aber nicht dem Willen, es lässt sich nicht befehlen und es lässt sich nicht durch einen Akt des Denkens, Wollens, Planens oder Machens herbeiführen (Bauer & Tanzer 2011, 16 f).

So lässt sich Glück unter handlungstheoretischem Gesichtspunkt als Superadditum von Lebensvollzügen definieren, in denen Ziele, deren Erreichung erfahrungsgemäß mit subjektivem Wohlbefinden und innerer Erfüllung verbunden sind, konsequent verfolgt werden (Bauer & Tanzer 2011, 17).

## **5.2. Grundlagen erfüllter Existenz (Glück aus existenzanalytischer Sicht)**

Für Viktor Frankl, der zu seiner Zeit eine Zunahme an noogenen Neurosen, d. h. an Neurosen durch ein Sinnlosigkeitsgefühl bedingt und verursacht, feststellt (Frankl

1984 72 f), ist die Hauptursache für das Unglücklichsein, also den Zustand, der als Gegenpol von Glück verstanden wird, das existenzielle Vakuum, das zu einer existenziellen Frustration führt. Da dem Menschen der Instinkt nicht mehr sagt, was er tun soll, weiß er nicht mehr, was er will, und damit gerät er in Gefahr, sich der Mehrheit anzupassen und damit auch anfällig gegenüber autoritären und totalitären Führern und Verführern zu sein (Frankl 1984, 13).

Sinn muss entdeckt werden, gefunden werden (Frankl 2013, 88) und durch die Verwirklichung von schöpferischen Werten, Erlebniswerten und Einstellungswerten stellt sich Sinn ein und damit Glück.

Nach der Weiterentwicklung der Existenzanalyse werden die Voraussetzungen für das Glücklichsein des Menschen erweitert: „Glück“ wird zu „existenzieller Erfüllung“.

„Es ist naheliegend, dass existenzielle Erfüllung im Leben nur dann entsteht, wenn die Fragen der beiden Realitäten des Menschen aufgegriffen, aufeinander abgestimmt und aus dem eigenen Wesen heraus beantwortet werden. Das Erleben von existenzieller Erfüllung kann als Kriterium gewertet werden, der existenziellen Struktur und der personalen Verfassung gemäß zu leben. Im anhaltenden Erleben von innerer Erfüllung erlebt der Mensch das ‚Glück‘ der Existenz. Glücklich ist, wer in der Schwingung innerer Erfüllung steht.“ (Längle 2008, 99) Das bedeutet, dass sich die existenzielle Erfüllung dann vollzieht, wenn der Mensch die Fragen der inneren und der äußeren Welt aufgreift, wenn er die Fragen auf sich und die Situation abstimmt und wenn die Beantwortung dem Eigenen, der Person entspricht. Und Längle bringt diesen Schlüssel zur erfüllten Existenz auf folgende Kurzformel: Menschsein heißt „infrage stehen“, Leben ist „Antwort geben“ (Längle 2008, 99).

Längle spricht dabei nicht mehr von der „kopernikanischen Wende“ nach Kant, von dem Frankl den Begriff übernommen hat, sondern von der „existenziellen Wende“ (Längle 1988, zitiert bei Längle 2008, 100), weil durch eine existenzielle Haltung ein Offenhalten für das Wesen des Gegebenen geschaffen wird, für den Sinn des Seins, für die Fragen der Situation, die nicht nur aus der Welt auftauchen, sondern auch aus einem selbst. Bei Frankl ist der Aspekt der Erfüllung und Sinnfindung in der

Immanenz, zB zum Körper, zu den eigenen Gefühlen, Gedanken, nicht enthalten. Deshalb stellt dieser Aspekt eine der Erweiterungen der Existenzanalyse durch Längle (2008, 100) dar.

Kolbe sieht im Glücksgefühl auch mehr als ein psychisches Bedürfnis! Es ist vielmehr das „Ergebnis einer bestimmten Erfahrung und Lebenshaltung“. So formuliert er zwei Dimensionen für das persönliche Erleben, wie es die Existenzanalyse vertritt: zum einen die Dimension bestimmter Gefühle, aufgrund derer wir etwas im Leben als angenehm oder unangenehm erleben (die psychische Dimension) und zum anderen die existenzielle Dimension, in der wir das, was wir tun oder erleben, als stimmig, als gut oder als für uns richtig erfahren (Kolbe 2000, 23). „In der Glückserfahrung scheint nun die Tatsache des als stimmig, gut und wichtig Erlebten mit der Erfahrung des Angenehmen und Schönen in besonderer Weise verbunden zu sein.“ (Kolbe 2000, 23)

Für den Menschen in der Existenzanalyse geht es darum, in den einzelnen Lebenssituationen er selbst zu sein bzw. zu bleiben oder zu werden, d. h. kongruent mit sich, sich fühlend, auch wenn der Mensch unter dem Einfluss äußerer Eindrücke steht. Es geht dabei darum, das eigene Erleben nicht abdrängen zu müssen, innerlich Stellung beziehen zu können und so den inneren Boden zu halten. Wenn es dann gelingt, das Eigene in einen Ausdruck überzuführen und so in die Begegnung mit anderen zu kommen, kann der Mensch sein Leben persönlich erfüllend erleben (Längle 2008, 16 f).

„Existentielles Glück ist das Glück inmitten des Lebens. Es ist das Glück, mitten im Leben stehen zu können, mit ganzem Herzen auf das Gute und Schöne trotz allem Schwierigen und Leidvollen ausgerichtet zu sein.“ (Längle 2011, 249)

Das Glücklichsein braucht als Voraussetzung die Freiheit des Menschen: Man kann zu dem, was das Leben einem schickt, „Ja“ sagen, sich darauf einlassen und das würde einem Mitwirken am Glücklichsein gleichkommen.



Glück besteht also darin, dass wir mit Hingabe leben können, in den jeweiligen Lebenshorizont hineinwachsen können. Leben ist Umgang mit der Realität, wie sie eben ist, dazu gehört wesentlich die Begrenzung, das Leid und die Endlichkeit. Und glücklich ist, wer es versteht, wem es gelingt, innerhalb der Grenzen zu bauen (Längle 2011, 250).

Zusammengefasst gehört zum existentiellen Glück dazu, den Wert zu fühlen, bei dem, was wir machen, und das, was wir machen, mit innerer Zustimmung zu machen (ein gefühltes Ja) und es braucht einen Grund zum Glücklichsein.

## **6. Sinn im Sinnlosen**

### **6.1. Sisyphos als glücklicher Mensch**

Die Diagnose für den Menschen lautet also bei Camus, dass der Mensch in der Atmosphäre des Absurden existiert. Allerdings bietet Camus an, einen Weg aufzuzeigen, um aus dem vom Menschen geschaffenen Universum der Absurdität zu entinnen (Camus 1997, 39). Im Buch „Mythos des Sisyphos“ kritisiert er andere Lehren der Existenzphilosophie (Schestow, Kierkegaard, Husserl), die dieser Bedingung der Existenz, der Absurdität, ausweichen. Und er wirft ihnen vor, sie würden die Absurdität als Ausgangspunkt sehen und in einem „Sprung“ vergöttlichen und so die Absurdität gewaltsam zur Hoffnung verbiegen (Camus 1997, 40). Denn wenn das Absurde prinzipiell unauflösbar ist, muss der Widerspruch ausgehalten werden. Alle Versöhnungs- oder Überbrückungsversuche – Camus bedient sich hier des Terminus „Sprung“ von Kierkegaard – sind logisch nicht legitimierbar und somit inkonsequent (Camus 1997, 44 ff).

Dieser „Sprung“ kommt für Camus als Ausweg nicht in Frage. Den philosophischen Selbstmord lehnt Camus dezidiert ab, da das Absurde fortgesetzte Ablehnung voraussetzt und bewusstes Unbefriedigtsein (Camus 1997, 39). Der Selbstmord würde den Zwiespalt Mensch – Welt beseitigen, würde die Auflehnung des Menschen gegen die Absurdität verunmöglichen und wird deshalb von Camus als Flucht empfunden.

Der Selbstmörder stimmt durch seine Tat der Unmenschlichkeit des Daseins zu, indem er anerkennt, dass alles gegen ihn ist. Er wird aber damit der Absurdität nicht gerecht, die ja gerade im Zwiespalt besteht (Weick 2011, 15).

Camus beschreibt Sisyphos beim Hinaufwälzen des Felsens detailgetreu und anschaulich: ein angespannter Körper, ein verzerrtes Gesicht, die Wange, die sich an den Stein schmiegt, eine Schulter, die gegen den Stein drückt, der voller Erde ist, ein Fuß stemmt sich in den Boden (Camus 1997, 125). Doch alle Mühen sind vergebens, der Stein rollt wieder in die Tiefe. „Denn der Gipfel ist so beschaffen, daß er den Stein abweist; er bietet ihm kein Fundament und verweist ihn zurück in die Tiefe, wo er seinen natürlichen Grund hat.“ (Pieper 1984, 117 f) Der nun folgende Abstieg ist das Kernstück des Textes hinsichtlich der Existenz angesichts der Absurdität. „Auf diesem Rückweg, während dieser Pause, interessiert mich Sisyphos. Ein Gesicht, das sich so nahe am Stein abmüht, ist selber bereits Stein!“ (Camus 1997, 125) Jetzt sehen wir den Menschen vor uns, der gescheitert ist, der mit seiner Frustration umgehen muss, der sich nach dem Sinn seiner Existenz fragt. Sisyphos steht hier für den Menschen, der leidet und der vom Leben herausgefordert wird.

Also die vorher genannten Wege stehen im Umgang mit der absurden Lage des Menschen nicht zur Diskussion. Reflexartig könnte sich der Wunsch und die Hoffnung auf ein Happy End für Sisyphos abzeichnen, was jedoch per se für dieses Wesen nicht möglich ist, ist seine Strafe doch eine ewige. „Wer den Aufstieg unternimmt in der Hoffnung auf ein endgültiges Transzendieren alles Endlichen, Bedingten auf ein Absolutes hin – im Bild gesprochen: in der Hoffnung, daß der Stein irgendwann einmal oben liegenbleibt –, hat die Situation des Menschen mißverstanden. Es gibt für den Menschen kein Unbedingtes, Absolutes im Sinne eines als erreichbar vorgestellten höchsten und letzten Ziels, bei dem er sich ein für allemal beruhigen könnte.“ (Pieper 1984, 118) So ist festzustellen, dass der Mensch laut Camus, wenn er im Glauben an ein solches Ziel den Aufstieg auf sich nimmt, d. h. das Leben auf sich nimmt, in der Hoffnung, es wäre harmlos, pure Freude, es käme nie Anforderndes oder Leidvolles auf ihn zu, der betröge sich selbst. Denn es gelingt ihm nicht, einen Zusammenhang und damit Einheit in die Reihe seiner

Handlungen zu bringen, da er die Einheit auf einen transzendenten, d. h. außerhalb der Welt liegenden Grund bezieht. Diese Sinnggebung des menschlichen Lebens ist nach Camus nicht möglich (Pieper 1984, 118).

Die Möglichkeiten, wie Sisyphos mit seinem Schicksal umgeht, werden deutlich, wenn wir sehen, wie uns Camus den Helden des Absurden zeigt, während er den Berg hinabgeht. „Ich sehe, wie dieser Mann schwerfälligen, aber gleichmäßigen Schrittes zu der Qual hinuntergeht, deren Ende er nicht kennt. Diese Stunde, die gleichsam ein Aufatmen ist und ebenso zuverlässig wiederkehrt wie sein Unheil, ist die Stunde des Bewußtseins. In diesen Augenblicken, in denen er den Gipfel verläßt und allmählich in die Höhlen der Götter entschwindet, ist er seinem Schicksal überlegen. Er ist stärker als sein Fels.“ (Camus 1997, 125 f)

Die Lage von Sisyphos ist also eine, in der er Sehnsucht nach Einheit hat, d. h. in der er wissen will, wer er ist, wozu er ist, welchen Sinn seine Existenz hat, in der er seine Freiheit erproben möchte. Sisyphos ringt also um seine Identität und das Gefühl für sich.

Es stehen ihm alle Quellen der Identität (Längle 2011, 207 f) zur Verfügung und er schöpft auch aus ihnen: Zum Ersten bleibt ihm sein Körper als Bindeglied zwischen seinem Ich und der Welt, er gibt ihm Halt, ist ihm ein Zuhause und er ist seine Konstante. Zweitens die Gefühle, die uns die Welt und uns selber erleben lassen. Es ist *seine* Trauer, *sein* Zorn, *seine* Ohnmacht, die er fühlt, er erlebt sie ichhaft. Drittens das Anderssein als Person: Die geistige Kraft befähigt ihn, nein oder ja sagen zu können. Dadurch vollzieht sich das Personsein von Sisyphos, seine Ich-Stärke läßt ihn sich selbstgestalterisch erleben. Und viertens begründet sich die Ichhaftigkeit der Existenz dadurch, dass Sisyphos sich als „Aktzentrum“ (Scheler) erlebt, er erlebt sich wirksam und bewirkend. Er ist Urheber des Hinaufrollens des Felsens.

Denn, um er selbst sein zu können, muss er seine Umwelt erkennen und verstehen können. Wer die Welt um sich nicht versteht, versteht auch sich selbst nicht (Pieper 1984, 119). Sisyphos wendet sich seinem Schicksal zu und er ist ganz bei sich und seiner Tätigkeit. Diese emotionale Aufmerksamkeitsfokussierung hat zur Folge, dass

er als Auswirkung kein Erleben von Anziehen erlebt, sondern von Abstoßung, und er möchte sich abwenden. Sisyphos wendet sich dem Unwert seiner Tätigkeit zu, dem, was er verloren hat (Wertverlust). Sisyphos fühlt den Unwert, er nimmt wahr, dass seine Situation für sein Leben keinen Wert darstellt, so wie die Strafe ja gedacht war. So entsteht Trauer, die durch Zuwendung zum Leid geschieht. Obwohl dies im Text in keiner Weise erwähnt wird, so muss dies doch geschlossen werden, da Sisyphos nicht in Antriebslosigkeit und Depression versinkt, sondern mit sich und seinem Leben in Beziehung bleibt und er aktiviert und kraftvoll aus dieser Situation hervorgeht, sonst wäre er zu dem Folgenden nicht in der Lage. Sisyphos sieht auch im Suizid keinen Ausweg (siehe Camus' Position zum Suizid) trotz der immensen Frustration, die er in seinem Leben erfährt. „Suizidalität als Folge frustrierter Sinnstrebigkeit bzw. als Verzweiflung in einer abgrundtiefen Ausweglosigkeit kann aus existenzanalytischer Perspektive als Ausdruck für eine fehlende oder mangelnde Zustimmung zu den Bedingungen und Möglichkeiten ganzheitlichen Existierens verstanden werden.“ (Bauer, Fartacek & Nindl 2011, 241) Und genau das kann von Sisyphos nicht gesagt werden, was als Beleg dafür gesehen werden kann, dass er eben einen Ausweg findet.

So kann Sisyphos das Erlebte in Beziehung zu seinem Leben setzen und erfassen, dass er angefragt ist, sich seinem Leben, seiner Situation zuzuwenden, die Möglichkeiten zu erkennen und eine Entscheidung, eine Wahl zu treffen. Dies bedeutet, dass Sisyphos sich den Berg, den Felsen zu eigen machen muss, damit er er selbst sein kann bzw. werden kann, damit er sich mit sich selbst identifizieren kann.

Denn Selbstidentifikation spielt sich nicht solipsistisch in der Innenwelt, d. h. ausschließlich in der Auseinandersetzung eines Individuums mit sich selbst, sondern es ist ein Vorgang, der immer und auch wesentlich durch das Außen, die dem Individuum als Gegenüber begegnende Welt, in der er sich vorfindet, vermittelt ist (Pieper 1984, 119).

Camus schreibt: „Darin besteht die ganze verschwiegene Freude des Sisyphos. Sein Schicksal gehört ihm. Sein Fels ist seine Sache.“ (Camus 1997, 127) Der Stein,

ursprünglich als Objekt der Strafe gedacht, ist nichts Fremdes mehr für Sisyphos, sondern er nimmt ihn an, er nimmt seine Existenz unter diesen Bedingungen an, er macht ihn zu seiner Sache. Er nimmt ihn zu sich.

Das ehemals Fremde, ihm Aufgezwungene, damit Sinnlose wird nun zu einer zusammenhängenden Geschichte, zur Geschichte seines Lebens, dessen Einheit und Kontinuität durch die Identität seines Selbstverständnisses, seines Sicheinlassens auf den Felsen und den Berg als seine ureigenste Angelegenheit gewährleistet sind (Pieper 1984, 119 f). „Gerade in diesem Augenblick, in dem der Mensch sich wieder seinem Leben zuwendet (ein Sisyphos, der zu seinem Stein zurückkehrt), bei dieser leichten Drehung betrachtet er die Reihe unzusammenhängender Taten, die sein Schicksal werden, seine ureigene Schöpfung, die in seiner Erinnerung geeint ist und durch den Tod alsbald besiegelt wird.“ (Camus 1997, 127 f)

## **6.2. Die Verachtung des Schicksals**

Vier zentrale Aspekte sind zu betonen, die es Sisyphos ermöglichen, dieses Schicksal zu überwinden, sich mit seinem Leben zu identifizieren und damit eine Einheit mit sich zu finden: einerseits die Akzeptanz – die Zustimmung – des Schicksals, zweitens die Bewusstheit, in der Sisyphos dem Leben gegenübertritt, drittens die Bejahung des Lebens, eines solchen leidvollen Lebens, und viertens die Auflehnung.

Sisyphos resigniert nicht, er verzweifelt nicht, er nimmt sein Leben zu sich. „In dieser Aneignung des Geschicks bricht die Freiheit des zu einem absurden Dasein verurteilten Sisyphos auf. Das blinde, grausame und unverständliche Geschick des Sisyphos wird in diesem Akt der Aneignung von einem ‚übergeordneten Schicksal‘ (Camus 1993, 127) zu einem ‚persönlichen Geschick‘ (Camus 1997, 127), in dem sich die Freiheit und die Auflehnung des absurden Menschen verwirklichen und in dem die Zeit Zeit des Menschen ist, ganz Präsenz und Jetzt.“ (Kampits 1968, 73)

Sisyphos gibt seiner Strafe keinen transzendenten Sinn, sondern er nimmt sie in seiner ganzen Schwere und Sinnlosigkeit auf sich und in dieser Annahme wird er eins mit sich und verwirklicht sich selbst (Kampits 1968, 73). „Das Ja des Sisyphos zu seinem Stein ist das Ja des absurden Menschen zur Erde und zur Vergänglichkeit.“ (Kampits 1968, 73)

Der nächste zentrale Aspekt, die Bewusstheit des Helden, zeigt, dass dieser Akt des Bejahens nur möglich ist in einem Moment des Innehaltens, der Reflexion. In einem Leben, das automatisiert und funktionalisiert abläuft, wäre dies nicht möglich. Nur im Bewusstsein der eigenen Lage, indem er der Anforderung, dem Leid, dem Schmerz gegenübertritt, ihm ins Gesicht schaut, es benennt, kann Sisyphos sein Schicksal besiegen, es zu seinem Leben machen. „Das Wissen, das seine eigentliche Qual bewirken sollte, vollendet gleichzeitig seinen Sieg. Es gibt kein Schicksal, das durch Verachtung nicht überwunden werden kann.“ (Camus 1997, 126)

Verachtung meint, Sisyphos be-achtet die Strafe nicht als solche, sondern er macht sie sich zu eigen, zu seiner Aufgabe, er ändert seine Einstellung zu dieser auferlegten Strafe, die sie fortan nicht mehr ist. Damit ist diese Aufgabe nicht mehr sinnlos, wenngleich immer noch schwer genug. Camus vergöttlicht allerdings das Schicksal nicht (Kampits 1968, 74), so wie er auch den ihm in der Absurdität begegnenden Nihilismus zu überwinden trachtet. Die Absurdität ist für Camus ja nur Ausgangspunkt, nicht Endpunkt seines Denkens. Dieses oben benannte Bejahen inkludiert damit auch ein Auflehnen gegen die Absurdität, es ist keine Akzeptanz der Absurdität, sondern eine des eigenen Lebens und jener Aufgabe, jenes Leids, die sich einem stellen. „Bewußtsein und Auflehnung – diese abschlägigen Antworten sind das Gegenteil von Verzicht. (Camus 1997, 61) Gemeint ist eine Moral des Verzichts, womit Camus wiederum ein System begreift, das ihm seine ureigenste Verantwortung für sein Leben abnehmen und ihn damit schwächen würde (Camus 1997, 61).

Die dritte Bedingung, die es Sisyphos ermöglicht, sein Schicksal zu verachten, kann als die basale gesehen werden. Der Mensch ist für Camus nur dort ganz Mensch, wo er liebt, und lieben heißt im umfassenden Sinn: sich leidenschaftlich auf alles

Lebendige einlassen, in der Öffnung aller Sinne für die Schönheit des Lebendigen das eigene Leben bejahen (Pieper 1984, 80). Peter Kampits stellt seinem Werk zu Camus (Kampits 1968) ein Zitat von Dostojewskij voran: „Man muß das Leben mehr lieben als den Sinn des Lebens“. Die Grundlage für all das, was Sisyphos aus seinem Schicksal macht, ist diese Bejahung des Lebens an sich. Dieses existenzielle Ja-Sagen steht in der Tradition Nietzsches, es begründet die Immanenz, die Erdverbundenheit, es steht für das Ja zum Leben an sich und dafür, wie sich das Leben dem Menschen anbietet. So lässt Nietzsche seinen Zarathustra die Liebe zur Erde und zum Leben verkünden. Diese Zustimmung zum Leben im Hier und Jetzt ist bei Camus schon Grundmotiv in „Hochzeit in Tipasa“ (Camus 2013, 9 – 19) und zeigt sich immer wieder in seinem Werk. Eine Vertröstung auf ein Jenseits würde uns in unserer Lebendigkeit im Diesseits einschränken, würde uns schwächen und in unserer Lebendigkeit dämpfen. Camus lehnte zwar Nietzsches Begriff des „amor fati“ ab, also die Determiniertheit des Menschen durch das Schicksal, dem großen Ja zum Leben stimmte er jedoch absolut zu, sofern diese Zustimmung eine Erhöhung des Lebens zum Ziel hat. Zugleich aber sagte er Nein zu dem, was den Tod oder das Gegenteil des Lebens will. Gegen das, was das Leben erniedrigt, schwächt, setzt Camus die Revolte (Onfray 2015, 89).

Zu einem Teil speist sich dieser unbändige Wille zu leben und alles Lebendige zu bejahen aus dem Wissen, dass der Tod lauert. Camus, der als Jugendlicher an Lungentuberkulose erkrankte und sich mehrmals dem Tode gegenübergestellt sah, weiß, wovon er spricht. Der Tod ist das brutale Ende des Lebens und in der Bewusstwerdung dieses Umstands ist der Wert des Lebens noch viel intensiver spürbar. „Das Absurde und der Zuwachs an Leben, den es mit sich bringt, hängen also nicht vom Willen des Menschen ab, sondern von seinem Gegenteil, vom Tode.“ (Camus 1997, 68)

Da das Absurde jede Hoffnung ausschließt, Selbstmord als Flucht vor der Absurdität gesehen wird, hebt der „Selbstmord das Absurde auf seine Art auf. Er zieht es mit in den Tod.“ (Camus 1997, 60), bleibt nur die Auflehnung als der vierte Aspekt. „Bewusstsein und Auflehnung - diese abschlägigen Antworten sind das Gegenteil

von Verzicht. Sie werden gegen das Leben aufgerufen von allem Eigensinn und aller Leidenschaft, deren das menschliche Herz fähig ist. Es geht darum, unversöhnt und nicht aus freiem Willen zu sterben.“ (Camus 1997, 61)

Das Absurde ist also eine Determinante, die unausweichlich ist. „Auf dem Boden dieser Einsicht schreitet der absurde Mensch den Freiraum ab, den er als Bedingung der Möglichkeit seines Denkens und Handelns dem Absurden abzutrotzen vermag.“ (Pieper 1984, 111) Und so findet er die Position der Ablehnung als eine Form des persönlichen, freien, lebendigen Umgangs mit der Absurdität. Camus dazu: „Eine der wenigen philosophisch stichhaltigen Positionen ist demnach die Auflehnung. Sie ist eine ständige Konfrontation des Menschen mit seiner eigenen Dunkelheit. Sie ist der Anspruch auf eine unmögliche Transparenz. Sie stellt die Welt jede Sekunde in Frage.“ (Camus 1997, 60)

In der Auflehnung sieht der Mensch also der Absurdität ins Auge, tritt ihr gegenüber und stellt sich ihr. In Bewusstheit und in der Bejahung des Lebens akzeptiert er dieses sein Dasein. Da dieses Leben jede Sekunde bedroht ist, bedarf es einer Lebenskraft und eines Lebenswillens.

Um also jenen Sinn im Leben zu finden, dessen Frage danach am Beginn des Werkes „Der Mythos des Sisyphos“ steht („Also schließe ich, daß die Frage nach dem Sinn des Lebens die dringlichste aller Fragen ist.“ – Camus 1997, 11), bedarf es noch der Auflehnung, der Revolte. Man kann es paradox formulieren, dass der Mensch nur dann wahrhaft als Mensch existiert, wenn er leidenschaftlich dagegen protestiert, dass es ihm unmöglich ist, als Mensch zu existieren (Pieper 1984, 112).

Die Faktizität des Absurden determiniert zwar den Menschen, eröffnet ihm aber in der Möglichkeit des Protests einen Freiheitsspielraum, der vom Absurden nicht in Frage gestellt werden kann. Der Protest vermag die Absurdität zwar nicht aufzuheben oder zu vernichten, aber er ändert etwas am Selbstverständnis des Menschen. (Pieper 1984, 102).



Denn mit der Zustimmung zu seinem Leben, der Bejahung des Lebens, der Bewusstheit, die ihm das ermöglicht, wird der Mensch befähigt, die Auflehnung gegen die Infragestellung der Einheit, seiner Identität zu leben und damit seinem Leben Sinn zu geben. Der Mensch bezieht Stellung, er macht das Schicksal zu seinem Ureigensten und wird dadurch zu dem, der er ist. Damit ist die Kritik an Camus, er wäre Nihilist, widerlegt, da es ihm genau um diese Sinnstiftung der menschlichen Existenz geht.

Zurück zu Sisyphos: Ihm ist also diese Sinnstiftung gelungen. Er hat sich den Fragen des Lebens gestellt, hat ihnen einen Sinn abgerungen. Sein Leben ist noch immer schwer, noch immer quält er sich den Berg hinauf, noch immer scheitert er. Camus überrascht uns noch einmal: „Nun lehrt Sisyphos uns die größere Treue, die die Götter leugnet und die Steine wälzt. Auch er findet, daß alles gut ist. Dieses Universum, das nun keinen Herrn mehr kennt, kommt ihm weder unfruchtbar noch wertlos vor. Jedes Gran dieses Steins, jeder Splitter dieses durchnächtigten Berges bedeutet allein für ihn eine ganze Welt. Der Kampf gegen Gipfel vermag ein Menschenherz auszufüllen. Wir müssen uns Sisyphos als einen glücklichen Menschen vorstellen.“ (Camus 1997, 128)

### **6.3. Zusammenschau: Camus - Existenzanalyse**

Gemessen am Begriff des „existentiellen Glücks“ lässt sich nun fragen, ob Sisyphos als glücklich zu bezeichnen ist. Sisyphos nimmt zum einen an, was ist: Er ist derjenige, der den Felsen den Berg hinaufwälzen muss. Er tut das, was ihm als Aufgabe gegeben ist, er stellt sich der Realität, den Fragen des Lebens. Aber man kann sich die Frage stellen, ob er zweitens das, was er tut, auch *mag*, ob er eine Beziehung dazu pflegt. Der einzige Wert, den Sisyphos finden kann, liegt im „Wie“ des Leidens, in der Art, wie er die Strafe der Götter erträgt. Da findet er noch Freiheit sowie im „Für wen“ des Leidens. Es gibt zwar keinen anderen Menschen, für den Sisyphos' Leiden von Bedeutung wäre, aber doch für ihn selbst. Er ist es sich selber schuldig, die Verantwortung für sein vorheriges Handeln wider die Götter zu tragen, er ist es sich schuldig, sein Leben in Würde zu leben. Und in Würde leben inkludiert, sich nicht aufzugeben, nicht in Selbstmitleid zu zerfließen, heißt, mit sich in

Beziehung zu bleiben und in der Bereitschaft, das Leiden im Leben auf uns zu nehmen. Denn das Leben selber ist ein „heiliger“ Wert, wie Camus in der Nachfolge Nietzsches postuliert. Der dritte Aspekt der inneren Zustimmung, die Identifikation mit dem eigenen Tun, besteht in der Aneignung der Tätigkeit, der Fels wird seiner, die fremdbestimmte Strafe wird zu seiner Tätigkeit, die er zu sich nimmt. Sie ist wichtig und ist die Aufgabe, die das Leben ihm stellt, wo er sich viertens als Gefragter erlebt.

Sisyphos muss sich also dem zuwenden, was in der Situation als das Wichtigste, Vordringlichste, Wertvollste, Schönste in Bezug auf einen größeren Rahmen – sein Leben – erscheint, damit vollzieht er seine Existenz, trifft er eine Wahl, verantwortet er und gestaltet sein Leben sinnvoll. Das ist leben mit innerer Zustimmung.

Für Sisyphos verwandelt sich also alles, was er erlebt und wahrnimmt, zur Frage, seine Situation, sein Erleben des Scheiterns, Gedanken, Erinnerungen, Ideen usw. Die Fragen, die sich ihm stellen, sind: Was passiert da? Gibt es eine andere Möglichkeit? Wie gehst du damit um? Wie stellst du dich dazu? Sisyphos muss Stellung beziehen, er muss sich dem Fluss des Lebens und damit seinen Anforderungen stellen.

Diese „hohe Lebenskunst“, die Sisyphos hier leistet, indem er die Fragen hört und be- bzw. ver-antwortet, und einen Umgang mit den Bedingungen seiner Existenz findet - er gestaltet sein Leben und verantwortet es -, zeigt, dass Sisyphos auch im existenzanalytischen Sinn eine erfüllte Existenz lebt. Er verwirklicht den Sinn der Situation und damit sich selbst.

Sisyphos überwindet den Ausgangspunkt der Absurdität, er wird eins mit sich und seinem Leben: „Mit sich eins sein bedeutet somit: einfach sein; einfach sein bedeutet: mit der Welt als dem Inbegriff von Einfachheit vereinigt sein; und mit der Welt über die Elemente der Natur vereinigt sein bedeutet: glücklich sein.“ (Pieper 1984, 68)

Wie aus der dargestellten Argumentation geschlossen werden kann, ergibt sich das Resümee, dass Camus' These, Sisyphos sei ein glücklicher Mensch, aus

existenzanalytischer Sicht zugestimmt werden kann. Sisyphos stellt ein extremes Beispiel dar, wie hart das Leben anfragen kann, und er ist bei Weitem nicht nur ein fernes Beispiel der Klassischen Antike. Er steht vielmehr symbolhaft für Menschen, die das „Leben pflügt“, um bei diesem anschaulichen Bild des Buchtitels von Längle und Bürgi zu bleiben, in deren Leben alles umgeackert und zerstört wird und scheinbar nichts mehr hält. Da kann Sisyphos interessant und vorbildhaft werden.

## 7. Literaturverzeichnis

Bakewell S (2016) Das Café der Existenzialisten. Freiheit, Sein und Aprikosencocktails. München: C. H. Beck

Bauer E/Fartacek R/Nindl A (2011) Wenn das Leben unerträglich wird. Suizid als philosophische und pastorale Herausforderung. Stuttgart: Kohlhammer

Bauer E/Tanzer U (Hrsg.) (2011) Auf der Suche nach dem Glück. Antworten aus der Wissenschaft. Darmstadt: Wissenschaftliche Buchgesellschaft

Camus A (1997) Der Mythos von Sisyphos. Ein Versuch über das Absurde. Hamburg: Rowohlt

Camus A (2013) Hochzeit des Lichts. Zürich: Arche

Camus A (1972) Tagebücher 1935 – 1951. Hamburg: Rowohlt

Capurro R (1991) Heidegger. In: Nida-Rümelin J (1991) Philosophie der Gegenwart in Einzeldarstellungen. Von Adorno bis v. Wright. Stuttgart: Kröner

Frankl V (2013) Ärztliche Seelsorge. Wien: Deuticke/Paul Zsolnay

Frankl V (2014) Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München: Piper

Frankl V (1984) Das Leiden am sinnlosen Leben. Freiburg-Basel-Wien: Herder

Gloy K (2006) Grundlagen der Gegenwartsphilosophie. Eine Einführung. Paderborn: Wilhelm Fink

Heidegger M (1993) Sein und Zeit. Tübingen: Niemeyer

Holzhey-Kunz A (2008) Daseinsanalyse. In: Längle A/Holzhey-Kunz A (2008) Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Wien: Facultas

Kampits P (1968) Der Mythos vom Menschen. Zum Atheismus und Humanismus Albert Camus'. Salzburg: Otto Müller

- Kierkegaard S (1997) Die Krankheit zum Tode. Stuttgart: Reclam
- Kolbe Ch (2000) Sinn und Glück. In: Existenzanalyse 2/00, 22 - 27
- Längle A (1998) Existenz - eine lexikalische Kurzfassung. In: Existenzanalyse 3/98, 13
- Längle A (2009) Warum wir leiden. In: Existenzanalyse 26, 1, 20 – 29
- Längle A (2011) Erfüllte Existenz. Entwicklung, Anwendung und Konzepte der Existenzanalyse. Wien: Facultas
- Längle A (2013) Lehrbuch zur Existenzanalyse. Wien: Facultas
- Längle A (2016) Existenzanalyse. Existentielle Zugänge der Psychotherapie. Wien: Facultas
- Längle A/Bürgi D (2016) Wenn das Leben pflügt. Krise und Leid als existentielle Herausforderung. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Längle A (2008): Existenzanalyse. In: Längle A/Holzhey-Kunz A (2008) Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Wien: Facultas
- Lleras F (1998) Existenzphilosophie - eine lexikalische Zusammenfassung. In: Existenzanalyse 3/98, 29
- Oelmüller W/Dölle-Oelmüller R/Geyer C-F (1993) Philosophische Arbeitsbücher 7: Diskurs: Mensch. München – Wien – Zürich: Paderborn
- Onfray M (2015) Im Namen der Freiheit. Leben und Philosophie des Albert Camus. München: Random House
- Pieper A (1984) Albert Camus. München: Beck
- Radisch I (2013) Das Ideal der Einfachheit. Eine Biographie. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt

Sartre J-P (1980) Ist der Existentialismus ein Humanismus? In: Sartre J-P (1980) Drei Essays. Frankfurt/M: Ullstein

Scheler M (2010) Die Stellung des Menschen im Kosmos. Bonn: Bouvier

Weick G (2011) Das Absurde bei Albert Camus. Ein Essay. Frankfurt am Main: Frankfurter Literaturverlag