

Nikolaus Lehner

## Zur subjektlosen Souveränität des traumlosen Schlafs: Dissoziation, Trauma und Erwachen bei Perec und Moshfegh

2019

<https://doi.org/10.25969/mediarep/16146>

Veröffentlichungsversion / published version  
Zeitschriftenartikel / journal article

### Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Lehner, Nikolaus: Zur subjektlosen Souveränität des traumlosen Schlafs: Dissoziation, Trauma und Erwachen bei Perec und Moshfegh. In: *Kulturwissenschaftliche Zeitschrift*, Jg. 4 (2019), Nr. 1, S. 49–61. DOI: <https://doi.org/10.25969/mediarep/16146>.

### Erstmalig hier erschienen / Initial publication here:

<https://doi.org/10.2478/kwg-2019-0006>

### Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Creative Commons - Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 3.0 Lizenz zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu dieser Lizenz finden Sie hier:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0>

### Terms of use:

This document is made available under a creative commons - Attribution - Non Commercial - No Derivatives 3.0 License. For more information see:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0>

---

## Artikel

Nikolaus Lehner\*

# Zur subjektlosen Souveränität des traumlosen Schlafs: Dissoziation, Trauma und Erwachen bei Percec und Moshfegh

**Abstract:** Much has been written about dreaming, but deep, dreamless sleep still seems to receive little attention within cultural studies and social science. This article analyses Georges Perec's *A Man Who Sleeps* and Ottessa Moshfegh's *My Year of Rest and Relaxation* in terms of the phantasm of metamorphosis enabled by sleep. These two novels show that the polarity of waking and dreaming can be relativized and shifted to the polarity between waking-dreaming/sleeping: This shift becomes particularly productive when it comes to the question of losing and finding ones identity, but also when we try to shed light on the relationship between (ideological or biographical) subjectification and self-overcoming. At the centre of this article is the notion of the sovereignty of sleep, which could allow both day life and dream life to be lifted out of joint.

**Keywords:** Schlaf, Dissoziation, Transformation, traumloser Schlaf, Bewusstsein, Verschwinden, Verwandlung, Rückzug, Abwesenheit, Phänomenologie des Schlafs

**Dr. Nikolaus Lehner**, Universität Wien, Institut für Soziologie, Rooseveltplatz 2, AT-1090 Wien, email: nikolaus.lehner@univie.ac.at

Viel wurde in den Kultur- und Sozialwissenschaften über das Träumen gesagt<sup>1</sup>, dagegen findet der traumlose Schlaf nur selten Beachtung<sup>2</sup>. Vielleicht ist der Schlaf in der Geistesgeschichte deshalb von so nachgeordnetem Interesse, weil er wie sonst nichts das *cogito* unterwandert. Noch im Traum ist schließlich ein denkendes und beobachtendes Subjekt vorhanden. Für den bleiernen Schlaf gilt das offenbar nicht. Das bunte Spektakel des Traums stiehlt dem Schlaf die Show. Dabei könnte eine Meditation über den Schlaf zu zahlreichen Fragen anregen, die über die biologische Notwendigkeit nächtlicher Regeneration hinausreichen und die nur durch kultur- und sozialwissenschaftliche Perspektiven erhellt werden können: Gewiss gebiert der Traum seine Phantasmen, doch welche Phantasmen weckt der tiefe

Schlaf? Welche Bande verknüpfen den Schlaf mit der sozialen und psychischen Ordnung? In welchem Verhältnis stehen die körperlichen und phänomenalen Aspekte des traumlosen Schlafs zum sozialen Leben und zum psychischen Gleichgewicht? Wie wirkt sich der Schlaf auf die Integrationsfähigkeit psychischer Ereignisse in das Leben des Schlafenden aus? Ich möchte versuchen, einige dieser Fragen, in deren Zentrum für mich im Wesentlichen die Frage nach der Souveränität des Schlafs steht, mithilfe zweier literarischer Werke zu erkunden; weniger geht es mir darum, diese Fragen zu klären, als vielmehr auf ihre Fruchtbarkeit hinzuweisen. Die beiden Werke, auf die ich mich beziehe, beschäftigen sich mit dem Rückzug in den traumlosen Schlaf: Georges Perecs' *Un homme qui dort* (1967) und Ottessa Moshfeghs *My Year of Rest and Relaxation* (2018). Aufschlussreich für eine Problematisierung des traumlosen Schlafs scheinen mir diese beiden Romane vor allem deshalb zu sein, weil wir es in ihnen mit zwei Schläferfiguren zu tun bekommen, deren Bahnen diametral zueinander verlaufen, obgleich das am Beginn stehende Bedürfnis nach dem Kissen von vergleichbaren Schicksalen gespeist zu werden scheint. In beiden Romanen begegnen uns zwei junge, der alltäglichen Not des Lebens überdrüssig gewordene Drifter, die von der existenziellen Schwere

<sup>1</sup> Siehe etwa: Krozova, Alfred / Walde, Christine (Hgg.) (2014): Traum und Schlaf. Ein interdisziplinäres Handbuch. Stuttgart: J. B. Metzler; Kreuzer, Stefanie (2014): Traum und Erzählen. Paderborn: Wilhelm Fink; Lenk, Elisabeth (1983): Die unbewußte Gesellschaft. Über die mimetische Grundstruktur in der Literatur und im Traum. München: Matthes & Seitz; McNamara, Patrick (2008): Nightmares. The Science and Solution of Those Frightening Visions during Sleep. Westport: Praeger.

<sup>2</sup> Eine Ausnahme: Ahlheim, Hannah (2018): Der Traum vom Schlaf im 20. Jahrhundert: Wissen, Optimierungsphantasien und Widerständigkeit. Göttingen: Wallstein.

ihrer umfassenden Entfremdung seltsam abgeschnitten zu sein scheinen. Beide Protagonisten entschließen sich dazu, ihr Heil im Schlaf zu suchen. Sowohl Moshfeghs als auch Perecs Figur suchen die Indifferenz und die Betäubung, die der Schlaf verspricht; aber in beiden Fällen schillert das Phantasma, dass aus dem liminalen Bereich, den der Schlaf entstehen lässt, ein Erwachen möglich sein könnte, das zugleich eine Verwandlung ist.

## 1 Einfach Schlafen: weder Widerstand noch Affirmation

In Georges Perecs *Un homme qui dort* zieht sich ein Soziologiestudent kurz vor seinem Studienabschluss in seine Mansarde zurück. In seiner kleinen Kammer beginnt er damit, sich aufzulösen, alle Anforderungen des täglichen Lebens von sich abfallen zu lassen, nur noch dazu gewillt, sich bedingungslos dem Schlaf hinzugeben:

Später kommt der Tag deiner Prüfung, und du stehst nicht auf. Es ist kein vorbedachtes Handeln, es ist übrigens gar kein Handeln, sondern ein Nichthandeln, ein Handeln, das du unterläßt, das du vermeidest. Du hast dich früh schlafen gelegt, dein Schlaf ist friedlich gewesen, du hattest den Wecker aufgezogen, du hast ihn läuten hören, du hast mindestens einige Minuten darauf gewartet, daß er läutet, bereits von der Hitze geweckt oder vom Licht oder vom Lärm der Milchmänner, der Straßenkehrer oder von der Erwartung. Dein Wecker läutet, du rührst dich überhaupt nicht, du bleibst im Bett liegen, du machst die Augen wieder zu.<sup>3</sup>

Am Ende wird sich sein Rückzug als bedeutungslos herausgestellt haben. Eines Tages wacht der Student auf und kehrt in die Außenwelt zurück. Draußen ist alles so geblieben wie vor seinem Exil. Perec lässt seinen Helden daraus schließen, nichts aus seinem Rückzug gelernt zu haben.<sup>4</sup> Sein Schläferdasein verpufft zu einer depressiven Episode, es bleibt nur die Erinnerung an eine Rebellion, die keine war, der schale Nachgeschmack sentimentaler Weltflucht: „Die Welt hat sich nicht gerührt, und du hast dich nicht geändert. Die Gleichgültigkeit hat dich nicht

anders gemacht. Du bist nicht tot. Du bist nicht verrückt geworden. Das Unheil existiert nicht, es ist anderswo.“<sup>5</sup>

Der Schlaf ist keine Verweigerung, kein Widerstand gegen etwas. Schlaf zu finden, das heißt, verschwinden zu können, in einem Rhythmus aufzugehen, der weder dem der anderen, noch ganz dem eigenen zugehörig ist. Für den Schlafenden verschwinden alle gesellschaftlichen Unterscheidungen und Grenzziehungen, wie sich auch alle persönlichen Gedankenspiralen und Obsessionen auflösen; trotzdem gibt es in diesem Zustand weder Widerstand noch Affirmation, fehlt doch das Subjekt, von dem Widerstand oder Affirmation ausgehen könnten. Und doch scheint dem Schlaf etwas Subversives innezuwohnen, verweist er doch, ohne in einer abschließenden Entscheidung aufzugehen, auf die Einheit der Differenz von Negation und Affirmation.

Offenbar erzielt der Schlaf diese Leistung unter anderem dadurch, dass er uns passiviert. Potenziell macht er jeden zum unbemerkt beobachtbaren und verletzlichen Objekt. Gerade deshalb ziehen wir uns zurück, wenn wir schlafen wollen und versuchen mitunter sogar, den Blicken der anderen zu entgehen; der Schlaf ist eine intime Angelegenheit, die nach einem privaten Raum verlangt. Es handelt sich um eine Auffälligkeit, die sich in ihrer ganzen Bedeutung gerade bei den Ausnahmen von dieser Regel erschließt: Jene, die während des Schlafs beobachtet werden, sind üblicherweise entweder Kinder oder durch totale Institutionen infantilisierte (zum Beispiel Kranke, Pflegebedürftige oder Gefängnisinsassen). Hinzu kommen Menschen mit geringem sozioökonomischem Status, darunter natürlich vor allem Obdachlose: Menschen also, die dazu gezwungen sind, im öffentlichen Raum zu schlafen<sup>6</sup>. Die Merkmale des Schlafs erschöpfen sich jedoch nicht in dieser Passivität und Schutzlosigkeit. Schlafen, das heißt immer auch, einen Raum einzunehmen. Subjektiv hebt der Schlaf den Raum auf. Phänomenologisch verschwindet der Raum im Schlaf. Objektiv besetzt der schlafende Körper den Raum. Der im Bankfoyer oder in den Gängen der Universität schlafende Obdachlose hat ein Stückchen

<sup>3</sup> Perec 2002, S. 140.

<sup>6</sup> Vgl. dazu: Taylor, Brian (1993): *Unconsciousness and Society: The Sociology of Sleep*. In: *International Journal of Politics, Culture and Society*, 6/3, S. 466.

<sup>3</sup> Perec, Georges (2002): *Ein Mann der schläft*. München: dtv, S. 16.

<sup>4</sup> Perec 2002, S. 138.

Raum für sich besetzt. Der Schlaf legitimiert diese Raumnahme geradezu in einer naturrechtlichen, unmittelbar einleuchtenden Weise: Wer schläft, endlich Schlaf gefunden hat, den vertreibt man nicht so leicht. Gerade diese naturrechtlich legitimierte Okkupation stößt unweigerlich all jene vor den Kopf, die es gewohnt sind, ihre Räume, wenn nicht auf Basis der Legitimität, so doch zumindest kraft der Legalität zu besetzen. Der Schlafende verliert, in Anlehnung an Carl Schmitt, seine Zeit und gewinnt seinen Raum<sup>7</sup>.

Der Aufschub, den der Schlaf zu gewähren, die Kluft, die er zwischen einem Vorher und einem Nachher aufzureißen und fast spurlos zu schließen vermag, bleibt daher nicht immer ohne Wirkung. Montaigne erinnert in seinem kurzen Essay *Über das Schlafen* (1580) an den Schlummer von Streitherrn und Kaisern: Alexander der Große verschief am Morgen der Schlacht gegen Darius, so dass Parmenio in seine Kammer gehen musste, um ihn zu wecken. Kaiser Otho hatte in der Nacht seines geplanten Suizids alles geordnet; er hatte seine Familienangelegenheiten erledigt, seine Dienerschaft ausbezahlt und seinen Dolch geschliffen. Während er wartete, bis sich seine Freunde in Sicherheit gebracht hatten, fiel er in einen so tiefen Schlaf, „[...] daß ihn seine Kammerleute schnarchen hörten“.<sup>8</sup> Man kann seinen Selbstmord, seine Schlacht, seinen Tod verschlafen: So erging es auch Cato, der darauf wartete, bis seine Senatoren den Hafen von Utica verlassen hatten, um dann Suizid zu begehen.<sup>9</sup> Auch er schlief während des Wartens ein, so fest, „[...] daß man ihn in einer benachbarten Kammer atmen hörte, und als derjenige, den er nach dem Hafen gesandt hatte, ihn geweckt und ihm gesagt hatte, der Sturm hindere die Senatoren, unter Segel zu gehen, so schickte er noch einen andern hin, warf sich wieder zurecht im Bette und fing von neuem an zu schlafen, bis der letzte Bote wiederkam und ihm versicherte, daß

sie abgefahren waren“.<sup>10</sup> Doch nicht nur der Tod, auch der Krieg will verschlafen werden: Augustus verschief die Schlacht gegen Sertus Pomeius. Der jüngere Marius hatte in der Entscheidungsschlacht gegen Sulla bereits sein Heer aufgestellt, fiel dann aber im Schatten eines Baumes in so festen Schlaf, dass er nur noch seine Niederlage einsehen konnte, als er aufwachte.<sup>11</sup>

Nicht immer erschöpft sich also das Erwachen in der Erkenntnis darüber, dass der Rückzug in den Schlaf vergeblich war. In Ottessa Moshfeghs *My Year of Rest and Relaxation* sehnt eine junge Kunsthistorikerin den Schlaf herbei. Im Unterschied zu Perecs Schlafendem mangelt es Moshfeghs Protagonistin weder an Selbstbewusstsein noch an Durchsetzungskraft: Die namenlose Heldin ist intelligent, gebildet und schön, Eigenschaften, auf die sie immer wieder mit wenig Hang zur Bescheidenheit verweist, etwa, wenn sie behauptet, wie ein Off-Duty-Model auszusehen.<sup>12</sup> Bei ihrer Suche nach Schlaf scheut sie nicht davor zurück, Hilfsmittel einzusetzen: Die unzähligen Rezepte ihrer Psychiaterin sind wie Tickets in den Zustand der Bewusstlosigkeit. Ihre wache Zeit verbringt sie damit, wieder und wieder dieselben Filme anzusehen, um in der kargen Redundanz und Langeweile den Schlaf erblühen zu lassen. Stets geht es ihr darum, die perfekten Bedingungen für eine überwältigende Müdigkeit zu schaffen, die alles in sich versickern lässt. Auch ihre emotional dürftigen sozialen Beziehungen weiß die Protagonistin schlaffördernd zu instrumentalisieren – so schätzt sie ihre beste Freundin Reva für ihren dahinplätschernden Redefluss, der sie an ihre einschläfernden Videokassetten erinnert<sup>13</sup>:

The cadence of her speech was as familiar and predictable as the audio from any movie I'd watched a

<sup>7</sup> „Ich verliere meine Zeit und gewinne meinen Raum.“ (Schmitt, Carl (2015): *Glossarium. Aufzeichnungen aus den Jahren 1947 bis 1958*. Berlin: Duncker & Humblot, S. 45)

<sup>8</sup> Montaigne, Michel de (1908): *Über das Schlafen*. In: Ders.: *Gesammelte Schriften. Zweiter Band. Essays 1*. Buch. Siebenundzwanzigstes bis siebenundfünfzigstes Kapitel. Herausgegeben von Otto Flase Wilhelm Weigand. München/Leipzig: Georg Müller, S. 206–207.

<sup>9</sup> Montaigne 1908, S. 207.

<sup>10</sup> Montaigne 1908, S. 207.

<sup>11</sup> Vgl. Montaigne 1908, S. 209.

<sup>12</sup> Moshfegh, Ottessa (2018): *My Year of Rest and Relaxation*. New York: Penguin, S. 26.

<sup>13</sup> Diese Vorliebe erinnert an eine Passage in der Lobpreisung des Schlafs in Nietzsches Zarathustra. Nachdem Zarathustra zu „Ehre und Scham vor dem Schlafe!“ aufruft, gibt er auch einen Ratschlag, wie der „Mohn der Seele“ herbeizuführen sei: „Sehr gefallen mir auch die Geistig-Armen: sie fördern den Schlaf. Selig sind die, sonderlich wenn man ihnen immer Recht gibt.“ (Nietzsche, Friedrich (1999 [1891]): *Also sprach Zarathustra. Ein Buch für alle und keinen*. München: Wilhelm Goldmann, S. 25)

hundred times. That's why I'd held on to her this long, I thought as I lay there, not listening. Since I'd known her, the drone of what-ifs, the seemingly endless descriptions of her delusional romantic projections had become a kind of lullaby.<sup>14</sup>

Weshalb lässt sich das Bewusstsein vom Schlaf verführen, was drängt es zum Rückzug in die zum Dinglichen erstarrte Welt der Nacht? Moshfeghs Tagediebin scheint sich darüber nicht im Klaren zu sein, zumindest weiß sie keine überzeugenden Gründe für ihren Wunsch nach Ruhe anzugeben. Der existenzielle Abgrund, der sich vielleicht eröffnete, würde er ständig mit Betäubungsmitteln und dumpfer Unterhaltung zugeschüttet, wird zum Entspannungsbedürfnis trivialisiert und mit der emotionalen Wucht eines Wellness-Wochenendes versehen:

I took upwards of a dozen pills a day. But it was all very regulated, I thought. It was all totally above-board. I just wanted to sleep all the time. I had a plan. [...] This is my year of rest and relaxation.<sup>15</sup>

Das „Einfach schlafen-wollen“ benötigt keine nähere Begründung, da das Schlafbedürfnis in den meisten Fällen selbstevident ist – was spricht dann dagegen, diese Selbstevidenz auch künstlich herzustellen? Niemand wundert sich außerdem über ein besonders ausgeprägtes Schlafbedürfnis, scheint es doch der natürliche Konterpart zu dem Stress zu sein, den wir unseren Mitmenschen in einer von der Ideologie der Arbeit besessenen Gesellschaft aus Gewohnheit oder Höflichkeit unterstellen.

Beachtlich ist die sture Beharrlichkeit, mit der die Protagonistin versucht, sich dem Wachzustand zu entwinden; ihre Verbissenheit könnte an ein in die Falle geratenes Tier erinnern, das sich in seiner Verzweiflung zu retten erhofft, indem es die Gliedmaße amputiert, die es gefangen hält. Nur, dass in *My Year of Rest and Relaxation* das Bewusstsein selbst das Ziel dieser Amputation ist; schließlich ist es das Bewusstsein, zu dem alle Verbindungen gekappt werden müssen. Dabei wirkt die Namenlose eigentümlich frei und von einem gleichermaßen faszinierendem wie irritierenden Stoizismus beseelt. Ihre Beharrlichkeit geht so weit, dass die Schlafsuchende schließlich

den Entschluss fasst, in einen wahrhaften Winterschlaf zu fallen: Vier Monate, 120 Tage möchte sie schlafen, ununterbrochen, abgesehen von kurzen Skandierungen durch die allernötigsten Erfordernisse des Lebens, die nur bei Bewusstsein erledigt werden können. Unterstützt wird sie von ihren Medikamenten und einem befreundeten Künstler, der sich dazu bereit erklärt, sie während ihres Schlafs zu versorgen. Er bringt ihr frische Kleidung und Lebensmittel, entsorgt den anfallenden Müll und schneidet ihr Haar. Als Gegenleistung gestattet sie ihm, ihren erschlafften Körper für seine Kunstprojekte zu verwenden, sie also wie eine Gliederpuppe vollkommen zu objektivieren. Das Unterfangen ist penibel geplant: Die Protagonistin – inzwischen eine Koryphäe in Sachen Medikamentenmissbrauch – dosiert ihre Medikamente derart, dass es ihr möglich ist, nur alle drei Tage zu erwachen, um dann eine Stunde lang zu essen, zu trinken und zu baden. Am Ende wird sie von diesem Winter nur vierzig wache Stunden erlebt haben.<sup>16</sup>

## 2 Der Tod ist kein Schlaf

Die Protagonistin ist sich darüber bewusst, dass dieser Schlaf auch den Tod bringen könnte, und doch sollten keine voreiligen Schlüsse gezogen werden. Der Winterschlaf, den Moshfeghs Tagediebin anstrebt, mag das Symptom einer tiefen, unerkannten Depression sein, man machte es sich aber zu einfach, dieses unbedingte Schlafenwollen als Todessehnsucht, als einen die Trägheit auskostenden Suizidversuch abzustempeln. Schon der junge Foucault hob vor allem die affirmativen, zum Leben strebenden Elemente des Schlafs hervor, als er feststellte:

Der Schlaf geht auf das Leben zu, das er vorbereitet, skandiert und begünstigt. Wenn er dem Tod ähnelt, so ist das eine List des Lebens, das nicht sterben will. Der Schlaf spielt den Toten – aus Angst vor dem Tod; er gehört zur Ordnung des Lebens.<sup>17</sup>

Auch deshalb, so Foucault, sei „[...] nichts irreführender als die traditionelle naturalistische Auf-

<sup>14</sup> Moshfegh, 2018, S. 137.

<sup>15</sup> Moshfegh 2018, S. 11.

<sup>16</sup> Moshfegh 2018, S. 179.

<sup>17</sup> Foucault, Michel (1992 [1954]): Einleitung. In: Binswanger, Ludwig: Traum und Existenz. Bern/Berlin: Gachnang & Springer, S. 53.



fassung vom Schlaf als Anschein des Todes“.<sup>18</sup> Auch Husserl verwehrt sich des vorschnellen Vergleichs des Schlafes mit dem Tode: Der Tod sei kein Schlaf, da er das „Ich-bin“ für immer beende, ohne die Möglichkeit einer Wiedererinnerung. Mit dieser Wiedererinnerung meint Husserl nicht die Erinnerung an einzelne biographische Daten, sondern die Erinnerung an das bloße, leibliche Gefühl des in-der-Welt-seins.<sup>19</sup>

Wenn der Schlafende erwacht, wird er, selbst wenn die Dunkelheit ihn seiner biographischen Erinnerung beraubt haben sollte, aufgrund seiner leiblichen Wiedererinnerung zu sich zurückkehren. So berichtet der Psychologe Marc Wittmann von einem morgendlichen Erwachen, zu dessen Beginn er nicht gewusst habe, „[...] wer ich war und wo ich war. Ich war. Daran erinnere ich mich. Aber ich wusste nicht, wer erwachte“.<sup>20</sup> Wittmann verweist dabei auf Antonio Damasio Konzept des Kern-Selbst, das „minimale Selbst“, das unabhängig von autobiographischem Wissen existiert und das im „Zentrum der Wahrnehmung und des Denkens ist, das die Unterscheidung zwischen Ich und Nicht-Ich ermöglicht“.<sup>21</sup>

Die Aussicht darauf zu erwachen, in gewisser Weise sich selbst zu überleben und doch auch derselbe zu bleiben, ruft eine interessante Möglichkeit hervor, über deren Realität hier vielleicht weniger zu sagen ist als über ihre phantasmatische Kraft: Ist es vorstellbar, dass der Schlaf, zusammen mit dem Vergessen, das er bringt, die Entzweiung unserer psychosozialen Identität von unserer leiblichen Erfahrung wieder zu schließen ermöglicht, dass er die tiefe – durch die Kluft der biographischen Traumata oder die Verstrickung in Narrative entstandene – Entfremdung von Ich-Identität und leiblichem Kernselbst zu mildern vermag?

Moshfeghs Roman gibt auf diese Frage eine klare Antwort und sollte in meinen Augen als Erkundung dieser Möglichkeit gelesen werden. Ihren Winterschlaf gestaltet die Schläferin denkbar radikal: Im Gegensatz zum ersten Teil des

Romans, in dem sie dem Schlaf kontinuierlich mehr Raum in ihrem Leben einräumt, verzichtet sie von nun an auf die Ablenkung mithilfe von Filmen und Trash-TV; kein Gesicht, keine Geschichte, nichts soll sie in ihrer Eremitage stören können. Sie geht sogar so weit, ihre Wohnung leerräumen: Die Wände sollen weiß und leer sein, blank wie der betäubte Verstand. All das, was eine Erinnerung ermöglichen, einem Gedanken zuträglich sein könnte, verschwindet in schwarzen Müllsäcken: „The deep sleep I would soon enter required a completely blank canvas if I was to emerge from it renewed.“<sup>22</sup> Kinder, die nicht schlafen gehen wollen, selbst wenn sie müde sind, fürchten meistens, etwas zu versäumen. Moshfeghs Protagonistin versucht, sich selbst zu versäumen.

### 3 Ein entrücktes Leben: Wachen-Träumen

Das Ziel des Schlafs, wie er in Moshfeghs Roman angestrebt wird, ist eine Dekonstruktion, die von einer Wiedergeburt und einem Erwachen begleitet werden soll. Perecs Protagonist und Moshfeghs Heldin eint der Wunsch nach tiefem Schlaf; aber die beiden ähneln sich auch aufgrund ihrer dahinschwelenden Traumata, die sich kaum fassen lassen, da sie uns als Lesern allenfalls wie in Watte verpacktes Glas präsentiert werden, entrückt und vor jeder Berührung geschützt. Beide Charaktere werden uns als schwer fassbare Zeitgenossen präsentiert: Perecs Protagonist erlebt eine Entfremdung, die kaum begründet wird, es sei denn durch einen existentialistisch angehauchten Lebensüberdruß; im Fall von Moshfeghs Protagonistin erfahren wir vom erst wenige Jahre zurückliegenden, tragischen Tod beider Eltern; die Heldin quittiert diesen Schicksalsschlag mit der Bemerkung, ohnehin nie eine besonders innige Beziehung zu ihren Eltern gehabt zu haben. Beide Protagonisten befinden sich in einem Schwebestand, der sie nicht nur von der Welt, sondern von ihren Gefühlen losgelöst hat, als seien sie damit der Gefahr entgangen, zum Spielball emotionaler Kräfteeinwirkungen zu werden, die aufgrund ihrer unerträglichen Gewaltsamkeit in einen Bereich

<sup>18</sup> Foucault 1992 [1954], S. 55.

<sup>19</sup> Husserl, Edmund (2006): Späte Texte über die Zeitkonstitution (1929–1934). Die C-Manuskripte. Dodrecht: Springer (= Husserliana; 8), S. 103.

<sup>20</sup> Wittmann, Marc (2015): Wenn die Zeit stehen bleibt. Kleine Psychologie der Grenzerfahrungen. München: C. H. Beck, S. 7.

<sup>21</sup> Wittmann 2015, S. 9.

<sup>22</sup> Moshfegh 2018, S. 174.

außerhalb jeglicher bewussten Wahrnehmbarkeit verbannt werden mussten.

In der Psychoanalyse wird der ursprünglich von Pierre Janet eingeführte Begriff der Dissoziation verwendet, um diesen Zustand zu beschreiben: Es handelt sich um einen Zustand, in dem Gedanken, Gefühle und Erinnerungen von der bewussten psychischen Tätigkeit abgespalten werden.<sup>23</sup> Für die meisten Menschen sind nicht-pathologische, dissoziative Zustände alltäglich: Wir erleben sie, wenn wir während eines Vortrags oder während des Autofahrens gedanklich abschweifen, Tagträumen verfallen, oder auch, wenn wir einen Einkauf erledigen und, im Geschäft angekommen, vergessen haben, was wir besorgen wollten. Ein gewisses Maß an Dissoziation ist notwendig und funktional, insofern die Dissoziation als Mittel von Komplexitätsreduktionen fungieren kann<sup>24</sup>. Selbstzustände, die nicht zur aktuellen Situation passen, sollen und müssen kontinuierlich ausgeschlossen werden – im Prinzip handelt es sich also um Adaptationsversuche, die dem Überleben dienlich sind, die jedoch, aus den Fugen geraten, gravierende Folgen nach sich ziehen.<sup>25</sup>

Dieser Umstand legt nahe, sich zu überlegen, wie die beiden Schlafenden in unseren Romanen mit ihrer Dissoziation umgehen. Beide erleben ihre Dissoziation nicht nur als ein temporäres Symptom, als das Resultat eines Traumas, das bewältigt werden kann, vielmehr gehen sie ein Verhältnis mit ihrer Dissoziation ein, bejahen diese, identifizieren sich mit ihr sogar. Sie legen es darauf an, selbst zu der Leere zu werden, die sie fühlen. Und wie könnte sich diese Leere sowohl im Leben als auch in der Literatur besser herstellen und repräsentieren lassen als durch den traumlosen Schlaf? Der Schlaf ist Abspaltung, Dissoziation von Tagleben und biographischem Selbst, aber der Schlaf ist auch in neuro-

biologischer Hinsicht ein dissoziativer Zustand, insofern er mit der Desintegration, Entdifferenzierung bzw. Modularisierung von Hirnaktivitäten über die verschiedenen Gehirnregionen hinweg einhergeht<sup>26</sup>.

Auch in phänomenologischer Hinsicht sind die Leere und die Selbstaufgabe, die der Schlaf einfordert, nachvollziehbar. So hat Maurice Merleau-Ponty eindrucksvoll beschrieben, wie wir während des Einschlafens in gewisser Weise selbst zu unserem Schlaf werden, indem wir diesen nachahmen, bis wir eine ununterscheidbare Einheit mit ihm bilden:

So gibt es einen bestimmten Augenblick, in dem der Schlaf ‚kommt‘: er überlagert sich jener Nachahmung seiner, die ich ihm darbot, es gelingt mir zu werden, was ich zu sein fingierte: diese blicklose und fast gedankenlose Masse, wie festgenagelt an einen Punkt des Raumes.<sup>27</sup>

Wenn wir unseren Schlaf nachahmen, um in ihm zu versinken, fällt die Leere, die manche von uns auch im Wachzustand empfinden, ineins mit dem dimensionslosen Nichts des Schlafs.

#### 4 Die Wette – die Verwandlung

In *Un homme qui dort* verweist die Erzählform des „Du“, der zweite Singular Präsens, ganz unmittelbar auf diese Dissoziation eines Ichs von sich selbst. Aber auch der Leser fließt in dieses „Du“ als Angesprochener ein: Ein Schlafender, *per definitionem* jemand, der sich von sich selbst gelöst hat und temporär verschwindet, kann schließlich ein jeder sein (oder werden). Ermöglicht wird dadurch, darauf setzen zumindest die beiden Schlafenden, eine totale Identifikation mit dem Allgemein-Menschlichen und damit das

**23** Berlin, Heather A./Koch, Christof (2009): *Consciousness Redux: Neuroscience Meets Psychoanalysis*. In: *Scientific American Mind*, 20/2, S. 18.

**24** Dissoziation ist ein früher Abwehrmechanismus, der als solcher daran beteiligt ist, die Selbstgrenzen sicherzustellen und aufrechtzuerhalten. (Northoff, Georg (2011): *Neuropsychanalyse in practice: Brain, Self and Objects*. Oxford: Oxford University Press, S. 281)

**25** Bromberg, Philip M. (2011): *The Shadow of the Tsunami and the Growth of the Relational Mind*. London: Routledge, S. 15.

**26** Hobson, Allan J. (2014): *Lecture III: Philosophy*. In: Hobson, Allan J./Tranquillo, Nicholas (Hgg.): *Dream Consciousness. Allan Hobson's New Approach to the Brain and Its Mind*. Cham, Heidelberg New York, Dordrecht, London: Springer, S. 58–59. Siehe auch: Demertzi, Athena/Whitfield-Gabrieli, Susan (2016): *Intrinsic Brain Activity and Consciousness*. In: Laureys, Steven/Gosseries, Olivia/Tononi, Giulio (Hgg.): *The Neurology of Consciousness. Cognitive Neuroscience and Neuropathology*. Amsterdam/Boston/Heidelberg/London: Elsevier, S. 106.

**27** Merleau-Ponty, Maurice (1965): *Phänomenologie der Wahrnehmung*. Berlin: Walter de Gruyter, S. 196.



Potenzial von Metamorphose oder Wiedergeburt (das ist, ich sage es an dieser Stelle nochmals, das Phantasma, das die beiden Romane, ob in trügerischer oder gerechtfertigter Weise, konstruieren, ein Phantasma, das, wie ich gezeigt habe, durchaus nachvollziehbar, in seinen Grundzügen vielleicht sogar erfahrbar ist, dessen Lebbarkeit an dieser Stelle jedoch offen bleiben muss). Während Perecs Protagonist aus seiner Erfahrung schließt, nichts gelernt zu haben – ein zweifelhafter Schluss, schließlich kehrt der Namenlose in das Leben zurück –, versinnbildlicht Moshfeghs Protagonistin die These der Metamorphose. Im Folgenden werde ich näher ausführen, worin diese Verwandlung besteht und wie sie mit den bisherigen Ausführungen zu Schlaf und Dissoziation in Verbindung steht. Tatsächlich durchläuft Moshfeghs Protagonistin eine einschneidende *éducation sentimentale*. Über weite Teile des Romans wird die Protagonistin nicht müde, über ihre Gefühllosigkeit zu berichten: Am Eindrucksvollsten zeigt sich diese Apathie bei dem Besuch der Trauerfeier für die verstorbene Mutter ihrer besten Freundin Reva. Nachdem die Protagonistin der Trauerfeier müde geworden ist, bittet sie Reva darum, zu Bett gehen zu dürfen. Während die Protagonistin sich in Revas altes Kinderzimmer zurückzieht, geht im Geschoss unter ihr das Trauern seinen Gang. Sie horcht auf die Geräusche und Gesprächsfetzen von unten, während sie in der Dunkelheit darauf ausharrt, dass der Schlaf endlich kommen mag; doch es drängt sich etwas anderes durch den Schleier ihres Dahindämmerns:

I sensed Reva's misery in the room with me. It was the particular sadness of a young woman who has lost her mother—complex and angry and soft, yet oddly hopeful. I recognized it. But I didn't feel it inside of me. The sadness was just floating around in the air. It became denser in the graininess of shadows.<sup>28</sup>

Moshfegh arbeitet sehr genau heraus, auf welche Weise ihre Heldin den Horror dieses Augenblicks gerade nicht empfindet: Die Protagonistin nimmt die Gefühle ihrer Freundin zwar wahr, empfindet sie aber nicht, sie werden nicht Teil ihres Erlebens, sie führen weder zu Anteilnahme noch zur Trauer über die eigenen Verluste. Die immer wieder von Schüben klarster Reflexionsfähigkeit heim-

<sup>28</sup> Moshfegh 2018, S. 92.

gesuchte Protagonistin gelangt zu dem Schluss, dass ihre Gefühle nur eine intellektuelle Existenz gehabt hätten: „I felt nothing. I could think of feelings, emotions, but I couldn't bring them up in me. I couldn't even locate where my emotions came from. My brain? It made no sense.“<sup>29</sup> Damit ist zwar die Denkmöglichkeit von Gefühlen gegeben, nicht jedoch ihre unmittelbare Erreichbarkeit, geschweige denn ihre verändernde Kraft. Nichts greift direkt an, wird viszeral oder stört den trägen Rhythmus der Protagonistin. Immer wieder trägt sie diesem Umstand Rechnung, etwa wenn sie feststellt, dass die menschlichen Pupillen nur schwarze Löcher seien, in denen alles spurlos verschwinde.<sup>30</sup> Aus dieser Perspektive betrachtet ist das so verführerische Phantasma des Winterschlafs nur ein konsequenter Schritt hin zu dem Ziel, jegliche Affizierbarkeit zu unterbinden. Im festen, von keinen Traumgebilden durchzogenen Schlaf gibt es keine Gefahr, von Gefühlen überrascht zu werden. Edmund Husserl beschreibt das Einschlafen als ein Abebben von gegenwärtigen Wahrnehmungen bis „[...] wir an den Limes der Einförmigkeit“ gelangen. Dabei ist es vor allem die „affektive Kraft“, die versiegt: „Jedes Interesse erlahmt und stirbt ab“.<sup>31</sup> Das Wegbrechen jener gegenwärtigen Wahrnehmungen, die Husserl als „Urimpressionen“ bezeichnet, lassen den Körper zu einem schwankenden Kahn werden, der von seiner Anlegestelle in die Schwärze des Schlafs hinausgleitet, ungerichtet, ziellos, den Segeln bewusster Affektivität beraubt, auf ein Gewässer, still wie der Lethe. So schreibt Husserl: „Das schlafende Ich – Ich, das Zentrum von Interessen – ist das interesselose Ich [...] Also Schlaf ist Schlaf des Ich, des Zentrums der Affektion und Aktion. [...] Alle Interessen bleiben, aber unbetätigt, sie ruhen. Das Ich ist in absoluter Ruhe, das Strebens-Ich, das Willens-Ich.“<sup>32</sup>

Die Entkopplung von dem Wachzustand, dessen Ruhe und Gleichgewicht potenziell immer durch einen Hagelsturm von Reizen und Gefühlen bedroht ist, scheint aus dieser Perspektive ein naheliegender Wunsch zu sein. Aber der Wunsch nach Schlaf ist auch nicht einfach mit einem wie

<sup>29</sup> Moshfegh 2018, S. 94.

<sup>30</sup> Moshfegh 2018, S. 126.

<sup>31</sup> Husserl 2006, S. 98.

<sup>32</sup> Husserl 2006, S. 98.

auch immer interpretierten Todestrieb gleichzusetzen. Denn wer schläft, kann auch erwachen.

Das ist die Wette: Der Schlaf impliziert die Möglichkeit eines radikalen Erwachens. An einem Tag ihrer 120 Tage währenden Quarantäne wird die Heldin von einem Rinnsal an ihrem Hals geweckt: Die Tagwandlerin schließt daraus, geweint zu haben.<sup>33</sup> *My Year of Rest and Relaxation* stellt in dieser Hinsicht eine Gegenthese zu *Un homme qui dort* dar. Im Unterschied zu Perecs Figur hat sich die schlafende Schönheit mit ihrem Erwachen aus dem Winterschlaf tatsächlich verändert, und auch die Welt wird sich für sie, anders als für den Studenten von *Un homme qui dort*, irreversibel gewandelt haben, wird sie doch bald nach ihrem Erwachen Zeugin der einstürzenden Zwillingsstürme und damit nicht nur Zeitgenossin aller bis heute andauernden Implikationen dieses Ereignisses, sondern – aufgrund des Todes ihrer Freundin – auch unmittelbar Betroffene. Die Katastrophe wird nicht nur zum Kumulationspunkt dessen, wovor man die Augen verschlossen hatte, sie ermöglicht als Verhängnis auch den Wiedereintritt in das Leben, in die Geschichte, in das Erzählen. Und es war die Unterbrechung durch den Schlaf, die diese tragische Zeit vorbereitet hat. Wie Walter Benjamin über die Heldenzeit schreibt, ist es

[...] im Augenblick der völligen Passivität des Helden, da gleichsam die tragische Zeit wie eine Blume aufbricht [...]. Denn nicht selten sind es die völligen Ruhepausen, gleichsam der Schlaf des Helden, in dem sich das Verhängnis seiner Zeit erfüllt, und gleichermaßen tritt die Bedeutung der erfüllten Zeit im tragischen Schicksal in den großen Momenten der Passivität hervor: im tragischen Entschluß, im retardierenden Moment, in der Katastrophe.<sup>34</sup>

Wie Perecs Protagonist beendet auch Moshfeghs Tagwandlerin ihr selbstgewähltes Exil, um nach draußen zu gehen, doch die Lehren, die Perecs Held zieht („[...] du hast dich nicht geändert. Die Gleichgültigkeit hat dich nicht anders gemacht“), verkehrt sie in das Gegenteil:

There was majesty and grace in the pace of the swaying branches of the willows. There was kindness.

<sup>33</sup> Moshfegh 2018, S. 186.

<sup>34</sup> Benjamin, Walter (1991): Trauerspiel und Tragödie. In: Ders.: Gesammelte Schriften Band II. Frankfurt a.M.: Suhrkamp, S. 135.

Pain is not the only touchstone for growth, I said to myself. My sleep had worked. I was soft and calm and felt things. This was good. This was my life now. [...] I could move on.<sup>35</sup>

Und doch handelt es sich – schon aufgrund der Katastrophe, die am Ende der Erzählung steht – um kein märchenhaftes Ende, um keinen Dornröschenschlaf. Dagegen ist es vielleicht vielversprechender, die Nicht-Identität des Schlafenden mit seiner Wach-Identität in einem Wechselspiel zu denken, das auch die Entwicklung eines Bruchs ermöglicht. Denn es ist doch beachtenswert: Die erste Unterscheidung, die durch den Schlaf ermöglicht wird, ist nicht in erster Linie die Unterscheidung zwischen Realität und Traum, sondern zwischen *da sein* und *nicht da sein*. Der Schlaf lässt die Wachzeit in die Nähe des Traums rücken und damit wandelbar erscheinen. Der tiefe Schlaf zeigt, dass das Wachen und das Träumen, fern davon, immer strikt voneinander getrennt zu sein, sich auf demselben Ufer wiederfinden, jenseits dessen das Meer der Bewusstlosigkeit liegt, in die wir jede Nacht eintauchen.

## 5 Jenseits von Wachen und Träumen

In der Religionsgeschichte ist diese Theorie, die Nähe von Traum- und Wachzustand, seit jeher bekannt. Gnostische Strömungen legen so etwa nahe, dass der Mensch im Wachzustand nichts anderes sei als ein Schlafwandler, der nichts von seinem Schlafen weiß.<sup>36</sup> Vom Sufi-Gelehrten Idries Shah heißt es, dass er, gefragt nach dem schlimmsten Fehler der Menschen, antwortete: „[...] zu glauben, er sei wach, obwohl er tatsächlich nur im Wartesaal des Lebens eingeschlafen ist“.<sup>37</sup> Der Wachzustand ist, wenn er in erster Linie als vom Schlaf unterschieden betrachtet wird, selbst wenig mehr als ein Traum. Wachen und Träumen, das lernen wir heute nicht zuletzt von den Ergebnissen der Neurowissenschaft-

<sup>35</sup> Moshfegh 2018, S. 194.

<sup>36</sup> Jonas, Hans (2008): Gnosis. Die Botschaft des fremden Gottes. Frankfurt a.M.: Verlag der Weltreligionen, S. 97.

<sup>37</sup> Zitiert nach: LaBerge, Stephen/Rheingold, Howard (2014): Träume, was du träumen willst. Die Kunst des luziden Träumens. München: mvg, S. 22–23.

ten, nähren sich aus denselben Quellen. Wie der Neurowissenschaftler Rodolfo Llinás hervorhebt, unterscheiden sich diese beiden Bewusstseinszustände im Grunde genommen vor allem durch ihre unterschiedliche Gewichtung und zur Kenntnisnahme äußerer Reize, „[...] dreaming is basically a hyperattentive state in many ways similar to full wakefulness“.<sup>38</sup>

Wenn Träumen und Wachen nicht scharf voneinander geschieden werden können, wenn diese Zustände Geschwister sind, kommt es dem traumlosen Schlaf vielleicht nicht nur zu, eine allzu innige Verbindung aufzutrennen, sondern auch, das eigentliche Andere dieser Verbindung zu sein. Die Ich-Erzählerin in *My Year of Rest and Relaxation* bringt das Potenzial des Schlafes, das Wachsein zu einem ephemeren Phänomen zerfließen zu lassen, auf den Punkt, wenn sie über ihr Schlafen-Wachen feststellt:

I didn't talk to myself in my head. There wasn't much to say. This was how I knew the sleep was having an effect: I was growing less and less attached to life. If I kept going, I thought, I'd disappear completely, then reappear in some new form. This was my hope. This was the dream.<sup>39</sup>

Im traumlosen Schlaf wird der Körper objektiv, er geht nahezu vollkommen in der Welt auf und verfällt einem vegetativen Seinsmodus. Der Schlafende ist ganz Körper. Aber ein Körper, den niemand mehr hat. Der Schlaf entkoppelt uns auf denkbar radikale Weise von der Welt, unseren sozialen Verbindungen und unserer Subjektivität, die ihrerseits ein Effekt verschiedenster sozio-kultureller und psychischer Kräfteeinwirkungen ist.<sup>40</sup> Die Grundlage unserer sozialen Teilhabe, unsere Wahrnehmung, versickert im Dunkeln des Tiefschlafs. Und trotzdem ist die Schwärze des traumlosen Schlafs eine Abwesenheit, an die wir uns zuweilen sogar erinnern können<sup>41</sup> – und sei es nur, weil wir selbst diese Abwesenheit waren.

**38** Llinás, Rodolfo R./Paré, David (1991): Of Dreaming and Wakefulness. In: *Neuroscience*, 44/3, S. 531.

**39** Moshfegh 2018, S. 59.

**40** Erinnerst sei an dieser Stelle auch an Agilulf, den unsichtbaren Ritter in Italo Calvinos Roman: *Der unsichtbare Ritter* schläft niemals, da er reine Funktion ist. (Vgl. Calvino, Italo (2004): *Der Ritter, den es nicht gab*. München: dtv.)

**41** Zur Frage nach der Erinnerungsfähigkeit und Bewusstheit des traumlosen Schlafs: vgl. Thompson, Evan (2015): *Waking, Dreaming, Being. Self and consciousness in neu-*

Während unseres Erwachens erleben wir, wie wir selbst in das Medium der Wahrnehmung zurückkehren, wie sich das Wahrnehmungsfeld ausdehnt, gelenkt von unseren Affekten und Bedürfnissen. Wir verorten uns zeitlich und räumlich und flechten unsere Erinnerungen und Erwartungen, unsere sozialen und psychischen Identitäten wie einen Zopf um das Erleben unserer Gegenwärtigkeit. Husserl stellt so etwa fest:

Erwachend springe ich auf und springe sozusagen in meinen Willen hinein [...] der Wahrnehmungsakt ist zugleich meine Vorhabe, fundierend als die, in der ich durch den Schlaf [...] unterbrochen bin.<sup>42</sup>

Wie Husserl schreibt, erscheint uns ein waches Gegenüber keineswegs nur als Körper, sondern als erfahrendes, von einem Innenleben beseeltes Subjekt, in dem sich „Horizonte möglicher Erfahrungen“ abzeichnen. Wenn wir einen Schlafenden vor uns haben, stellt sich dieser daher vor allem als schiere „Potenzialität des Erwachens“ dar.<sup>43</sup> Das Innenleben eines Fremden, der sich in tiefem Schlaf befindet, bleibt uns vollkommen fremd; der Schlafende zeigt sich nicht, wohingegen ein waches Gegenüber uns begreifbarer erscheint, da im Wachzustand immer bereits irgendwelche Handlungspotenziale realisiert und eingeschränkt wurden. Nur deshalb kann Husserl auch zu dem Schluss kommen, dass das Unvermögen, das sich im schlafenden Gegenüber zeigt, nicht ganz ernst wirkt, etwas Komisches an sich hat. Husserl bemerkt über die komische Potenzialität des Schlafenden:

Nun muss ich aber scheiden: sozusagen mein ernstliches Ich-Vermag (die wirkliche Könnensgewissheit) und ein merkwürdiges Nicht-Ernstliches. Wenn ich schlafe, schlafen meine Vermögen; im Schlaf kann ich eigentlich nicht – nur so, dass ich erwachen könnte oder geweckt werden könnte von Anderen, aber das ist nicht mehr das vermögliche Können.<sup>44</sup>

Der Schlaf ist aus dieser Perspektive betrachtet zugleich totale Beschränkung und totaler Überschwang an Möglichkeiten. In Moshfeghs Heldin drückt sich diese Dialektik auf besonders ein-

*rosience, meditation, and philosophy*. New York: Columbia University Press 2015.

**42** Husserl 2006, S. 305.

**43** Husserl 2006, S. 418.

**44** Husserl 2006, S. 429.

drucksvolle Weise aus: Die junge Frau hat die alltäglichen Beschränkungen des Wachens – wie sie aus unseren Persönlichkeitsstrukturen, sozialen Verpflichtungen oder ideologischen Verstrickungen hervorgehen – verschlafen.

## 6 Was bleibt im Schlaf, was bleibt vom Schlaf?

Der tiefe Schlaf konsumiert das Ich wie eine Flamme, aber wir könnten auch fragen, was von diesem Verbrennungsvorgang übrigbleibt. Schon Leibniz schreibt über den traumlosen, weitgehend jeder Perzeptionsfähigkeit beraubten Schlaf, dass „die Seele“ sich in diesem „[...] nicht merklich von einer einfachen Monade“<sup>45</sup> unterscheidet. Dennoch handelt es sich möglicherweise um einen Zustand, in dem irgendeine Perzeption stattfindet.

Eine interessante Möglichkeit entsteht etwa dann, wenn eine Leibidentität, die eine Art von Protoselbst und eine primordiale Wahrnehmungsfähigkeit herausbildet, von einem alltäglichen Selbst unterschieden wird. Husserl spricht diesbezüglich von der Möglichkeit, dass es ein „Schlafend-Sein als monadisches und ichliches Sein“ geben könnte, auch wenn wir uns an dieses nicht erinnern.<sup>46</sup> Mit Evan Thompson, der in den letzten Jahrzehnten vor allem dafür Bekanntheit erlangt hat, Ansätze aus der buddhistischen Philosophie mit Erkenntnissen aus den Neurowissenschaften auf innovative Weise zu verknüpfen, lässt sich genauer herausarbeiten, in welchem Verhältnis die primordiale Wahrnehmungsfähigkeit zum traumlosen Schlaf stehen könnte. Thompson weist darauf hin, dass der traumlose Schlaf in den Yoga- und Vedānta-Schulen als Bewusstseinszustand verstanden wird: Für dieses Verständnis spricht seiner Ansicht nach auch, dass wir uns daran erinnern können, einen friedlichen Schlaf gehabt zu haben. Thompson zufolge geht die Vedānta-Schule davon aus, dass diese Erinnerung nicht möglich wäre, wenn wir den Schlaf nicht auf irgendeine Art und Weise erfahren hätten – diese Erfahrung setzt jedoch die Kontinuität

des Bewusstseins voraus.<sup>47</sup> Der Schlaf verweist demnach nicht auf die Abwesenheit des Bewusstseins, sondern auf die Abwesenheit von Bewusstseinsinhalten (von Erinnerungen und Gedanken, emotionalen und phänomenalen Objekten).<sup>48</sup> Auch das „Ich“ des Schlafenden verschwindet wie alle anderen Bewusstseinsobjekte im Dunkel des Tiefschlafs, trotzdem kann diese Abwesenheit der Yoga-Tradition zufolge erlebt werden.<sup>49</sup> Wer von einem traumlosen Schlaf erwacht, weiß üblicherweise auch, dass er aus einem traumlosen Schlaf erwacht ist – aus diesem Umstand leitet die Advaita-Vedānta-Schule ab, dass auch der Tiefschlaf eine Bewusstseinsform sein muss<sup>50</sup>. Diese Schule spricht vom Tiefschlaf auch als Saat-Schlaf, der sowohl das träumende als auch das wachende Bewusstsein hervorbringt.<sup>51</sup> Aus dieser Perspektive ist der traumlose Tiefschlaf keine Erfahrung von Erfahrungsinhalten, sondern die Erfahrung einer Nicht-Erfahrung<sup>52</sup>. Es handelt sich also um eine Erfahrung, die weder Objekte noch ein erfahrendes Selbst zum Gegenstand hat. Stattdessen soll der Tiefschlaf mit einem Bewusstseinsmodus in Verbindung stehen, der in der Advaita-Vedānta-Schule als Zeugenbewusstsein beschrieben wird: Das Zeugenbewusstsein ist Thompson zufolge ein reines Gewahrsein, das den Wechsel von Schlafen, Wachen und Träumen ohne Anteilnahme beobachtet.<sup>53</sup> Auch Neurowissenschaftler nehmen heute an, dass der Schlaf kein vollkommen komatöser Zustand ist, der durch die völlige Abwesenheit von Bewusstsein gekennzeichnet wäre: Vielmehr geht man inzwischen davon aus, dass der Tiefschlaf das Bewusstsein zwar annähernd verblenden lässt, dieses dennoch aber auf „very low levels“ dahinschwelen könnte.<sup>54</sup> Möglicherweise ist es diese

<sup>47</sup> Thompson 2015, S. 295. Vgl. auch: Fuchs, Thomas (2017): Self across time: The diachronic unity of bodily existence. In: *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 16/2, S. 291–315.

<sup>48</sup> Thompson 2015, S. 295. Vgl. auch George Gillespies gleichartige Beschreibung des Tiefschlafs in den Upanishaden: Gillespie, George (2002): Dreams and dreamless sleep. In: *Dreaming*, 12/4, S. 200–201.

<sup>49</sup> Thompson 2015, S. 296.

<sup>50</sup> Thompson 2015, S. 304.

<sup>51</sup> Thompson 2015, S. 304.

<sup>52</sup> Thompson 2015, S. 307.

<sup>53</sup> Thompson 2015, S. 308.

<sup>54</sup> Tononi, Giulio/Laureys, Steven (2008): The Neurology of Consciousness: An Overview. In: Dies. (Hgg.): *The*

<sup>45</sup> Leibniz, Gottfried W. (1998): *Monadologie*. Stuttgart: Reclam, S. 21.

<sup>46</sup> Husserl 2006, S. 445.



Erfahrung einer Nicht-Erfahrung, die das Potenzial des Schlafs als (vielleicht auch nur imaginären) Befreiungsschlag zu erklären vermag. Wie auch immer man es mit dieser Vorstellung halten mag, ob es nun möglich ist, im Tiefschlaf die Erfahrung einer Nicht-Erfahrung zu machen oder nicht, als Phantasma hält diese Vorstellung die Möglichkeit einer *creatio ex nihilo* bereit.

*Un homme qui dort* und *My Year of Rest and Relaxation* stellen die Frage nach den Potenzialen des Schlafs nicht nur für unsere Regeneration, sondern für unsere Transformation; sie fragen danach, ob unser dritter Seinsmodus neben dem Wachen und Träumen, der gleichsam ein knappes Drittel unseres Lebens ausmacht, eine versteckte Souveränität in sich bergen könnte, die sich weder dem wachenden noch dem träumenden Bewusstsein ganz erschließt. Sicher ist: Noch unsere Träume sind durchdrungen von Ideologien, lange erlernten Mustern und Selbstverständnissen. Allein der Schlaf verwehrt sich gegen jegliche ideologische Vereinnahmung, bricht mit der Welt des Alltags, unserem Selbstverständnis, unseren Denkgewohnheiten. Der Schlaf ist eine souveräne Selbstaufgabe. Die Hingabe an den Schlaf geht mit einer temporären, zyklischen Aufgabe und Wiedergewinnung von Identität und Welt einher.<sup>55</sup> Im Schlaf bin ich *aufgehoben*. Die Nicht-Erfahrung des Schlafs lässt den Schlafenden etwas erfahren, das vielleicht wie das Rauschen und Oszillieren der Welt selbst ist: Offenheit und Kontingenz.

## Literaturverzeichnis

### Primärliteratur

- Calvino, Italo (2004): *Der Ritter, den es nicht gab*, München: dtv.
- Montaigne, Michel de (1908): *Über das Schlafen*. In: Ders.: *Gesammelte Schriften*. Zweiter Band. Essays 1. Buch. Siebenundzwanzigstes bis siebenundfünfzigstes Kapitel. Herausgegeben von Otto Flase Wilhelm Weigand. München/Leipzig: Georg Müller. S. 206-209.

---

Neurology of Consciousness. *Cognitive Neuroscience and Neuropathology*. Amsterdam: Elsevier, S. 388.

**55** Im Vergleich dazu: Die Schlaflosigkeit führt zum Verlust von Identität und Welt. In der Schlaflosigkeit verliere ich mich. Aber es handelt sich um ein sich Verlieren, das vom Schlaf different ist.

Moshfegh, Ottessa (2018): *My Year of Rest and Relaxation*. New York: Penguin.

Perec, Georges (2002): *Ein Mann der schläft*. München: dtv.

### Sekundärliteratur

- Ahlheim, Hannah, *Der Traum vom Schlaf im 20. Jahrhundert: Wissen, Optimierungsphantasien und Widerständigkeit*. Göttingen: Wallstein.
- Benjamin, Walter (1991): *Trauerspiel und Tragödie*. In: Benjamin, Walter: *Gesammelte Schriften Band II*. Frankfurt a.M.: Suhrkamp.
- Berlin, Heather A./Koch, Christof (2009): *Neuroscience Meets Psychoanalysis*. In: *Scientific American Mind*, 20/2, S. 16-19.
- Bromberg, Philip M. (2011): *The Shadow of the Tsunami and the Growth of the Relational Mind*. London: Routledge.
- Demertzi, Athena/Whitfield-Gabrieli, Susan (2016): *Intrinsic Brain Activity and Consciousness*. In: Laureys, Steven/Gosseries, Olivia/Tononi, Giulio (Hgg.): *The Neurology of Consciousness. Cognitive Neuroscience and Neuropathology*. Amsterdam, Boston, Heidelberg. London: Elsevier.
- Foucault, Michel (1992 [1954]): *Einleitung*. In: Binswanger, Ludwig: *Traum und Existenz*. Bern/Berlin: Gachnang & Springer.
- Fuchs, Thomas (2017): *Self across time: The diachronic unity of bodily existence*. In: *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 16/2, S. 291-315.
- Gillespie, George (2002): *Dreams and dreamless sleep*. In: *Dreaming*, 12/4, S. 199-207.
- Hobson, Allan J. (2014): *Lecture III: Philosophy*. In: Hobson, Allan J./Tranquillo, Nicholas (Hgg.): *Dream Consciousness. Allan Hobson's New Approach to the Brain and Its Mind*. Cham, Heidelberg New York, Dordrecht, London: Springer.
- Husserl, Edmund (2006): *Späte Texte über die Zeitkonstitution (1929–1934) Die C-Manuskripte*. Dodrecht: Springer (= *Husserliana*; 8).
- Kreuzer, Stefanie (2014) *Traum und Erzählen*. Paderborn: Wilhelm Fink.
- Krozova, Alfred / Walde, Christine (Hgg.) (2014): *Traum und Schlaf. Ein interdisziplinäres Handbuch*. Stuttgart: J. B. Metzler.
- LaBerge, Stephen/Rheingold, Howard (2014): *Träume, was du träumen willst. Die Kunst des luziden Träumens*. München: mvg.
- Lenk, Elisabeth (1983): *Die unbewußte Gesellschaft. Über die mimetische Grundstruktur in der Literatur und im Traum*. München: Matthes & Seitz.
- Jonas, Hans (2008): *Gnosis. Die Botschaft des fremden Gottes*. Frankfurt am Main: Verlag der Weltreligionen.
- Leibniz, Gottfried Wilhelm (1998): *Monadologie*. Stuttgart: Reclam.
- Llinás, Rudolfo R., Paré, David, (1991): *Of Dreaming and Wakefulness*. In: *Neuroscience*, 44/3, S. 521-535.

- McNamara, Patrick (2008): *Nightmares. The Science and Solution of Those Frightening Visions during Sleep*. Westport: Praeger.
- Merleau-Ponty, Maurice (1965): *Phänomenologie der Wahrnehmung*. Berlin: Walter de Gruyter.
- Nietzsche, Friedrich (1999 [1891]): *Also sprach Zarathustra. Ein Buch für alle und keinen*. München: Wilhelm Goldmann.
- Northoff, Georg (2011): *Neuropsychanalyse in practice: Brain, Self and Objects*. Oxford: Oxford University Press.
- Schmitt, Carl (2015): *Glossarium. Aufzeichnungen aus den Jahren 1947 bis 1958*. Berlin: Duncker & Humblot.
- Taylor, Brian (1993): *Unconsciousness and Society: The Sociology of Sleep*. In: *International Journal of Politics, Culture and Society*, 6/3, S. 443-462.
- Thompson, Evan (2015): *Waking, Dreaming, Being, self and consciousness in neuroscience, meditation, and philosophy*. New York: Columbia University Press.
- Tononi, Giulio/Laureys, Steven (2008): *The Neurology of Consciousness: An Overview*. In: Dies. (Hgg.): *The Neurology of Consciousness. Cognitive Neuroscience and Neuropathology*. Amsterdam: Elsevier, S. 407-461.
- Wittmann, Marc (2015): *Wenn die Zeit stehen bleibt. Kleine Psychologie der Grenzerfahrungen*. München: C. H. Beck.