

Hellfried Krusche

Zur Bedeutung fernöstlicher Perspektiven für unsere Behandlungspraxis am Beispiel von Buddhismus und Hinduismus.

Hinduistische Aspekte in den Gedanken von W. Bion

„Das Einzige, was hilft ist, wenn ich merke, dass ich atme, dass das mein Atem ist, dass ich bin.“

I

Psychoanalytische Identität ist in weitem Umfang von Freud und seinem Werk geprägt.

Freud stand fernöstlichen Meditationstechniken skeptisch gegenüber.

Diese Skepsis hat bis zur Jahrtausendwende die Ausbildung in den psychoanalytischen Instituten geprägt. Meditation oder Yoga wurden in den psychoanalytischen Ausbildungsinstituten häufig als Abwehrformen zur Vermeidung der Beziehungserfahrung verstanden.

Es brauchte einen längeren Anlauf, ehe fernöstliche Meditationstechniken in der psychoanalytischen Community einen Platz finden konnten.

Seit einigen Jahren ermutige ich Patienten, die eine hochfrequente Behandlung brauchen, dies aber aus den unterschiedlichsten Gründen nicht tun können, Yoga zu praktizieren. Wiederholt habe ich die Erfahrungen gemacht, dass Yoga den psychoanalytischen Behandlungsprozess gerade beim Vorliegen psychosomatischer Verarbeitungsformen unterstützen kann.

Entsprechend der zunehmenden Akzeptanz fernöstlicher Meditationsformen hat es in den letzten Jahren eine Vielzahl von Veröffentlichungen gegeben, Perspektiven, wie wir sie im Buddhismus finden, mit der der Psychoanalyse in Verbindung bringen.

Ralf Zwiebel hat im deutschsprachigen Raum zusammen mit Gerald Weischede Buddhismus und Psychoanalyse und deren Verhältnis zueinander wiederholt dargestellt und diskutiert. („Anfängergeist in Zen und Psychoanalyse“ (2009) „Buddha und Freud“ (2015).)

Epstein (1995) zeigt in seiner Monografie „Thoughts Without A Thinker“ an zahlreichen Beispielen auf, wie die Meditationspraxis das Unbewusste des Analytikers, aber auch das des Patienten beeinflusst.

So können z.B. die bewussten und unbewussten Erwartungen und Wünsche des Analytikers an den Patienten einen subtilen Druck auf den Patienten erzeugen, der mit dem eines intrusiven Elternteils vergleichbar ist.

Dem möchte ich hinzufügen: Im Übertragungsgeschehen ist auch der Analytiker täglich dem Druck des Patienten, manchmal mit ungleich stärkerer Dynamik, ausgesetzt. Ich denke hier an unbewusste Übertragungen, die sich direkt auf das körperliche Geschehen im Analytiker auswirken können z.B. in Form muskulärer Anspannungen, Spannungskopfschmerzen etc.

Wir kennen solche Prozesse als projektive Identifizierung. Wir sprechen von Störungen auf einer Ebene vor dem Spracherwerb und vor der Entwicklung psychisch reifer Strukturen. Wir gehen davon aus, dass auf einer Ebene früher Austauschprozesse zwischen Mutter und Kind die Abgrenzungen zwischen bewusst und unbewusst entwickelt werden. Die frühe Kommunikation zwischen Mutter und Kind kann in diesem Modell als ein seelischer Verdauungsprozess beschrieben werden, in dem der Denkapparat des Kindes sich entwickelt. Hierbei spielt die haltende Funktion der Mutter und ihre Fähigkeit zur Reverie eine entscheidende Rolle.

II

W. Bion hat das Feld für die Erfassung dieser unbewussten Austauschprozesse zwischen Mutter und Kind theoretisch erfasst und konzeptualisiert. Seine Gedanken hierzu haben einen enormen Einfluss auf die psychoanalytische Behandlungstheorie und auf die Behandlungspraxis erlangt.

Man könnte auch von einer Öffnung der psychoanalytischen Behandlung für vorsprachliche Prozesse sprechen, eine Öffnung hin auf das intuitive Erfassen.

Psychische Entwicklung erfordert aus der Sicht Bion's die Fähigkeit, Nichtwissen bzw. Nichtverstehen auszuhalten und das Urteil bzw. die Einordnung des bis dahin Unbekannten so lange in der Schwebe zu halten, bis auf Erfahrung gegründetes Wissen möglich wird. Das vorschnelle Vornehmen einer definitorischen Bestimmung hingegen versteht er als Abwehr neuer Erfahrungen.

Dies erfordert eine innere Haltung, die Bion in Anlehnung an den englischen Romantiker Keats, als „negative capability“ bezeichnet:

( „...und plötzlich verstand ich, welche Eigenschaften, die Shakespeare in so überaus reichem Maße besaß - ich meine, die negative Fähigkeit, das heißt, wenn jemand fähig ist, das Ungewisse, die Mysterien, die Zweifel zu ertragen, ohne alles aufgeregte Greifen nach Fakten und Verstandesgründen.“)

(John Keats, zitiert bei Bion 2006, S 143).

Grundlage aller psychischer Phänomene ist aus dieser Perspektive das, was aus unbekannter Tiefe entsteht und das, was in immer neuen Hervorbringungen die phänomenale Welt zur Erscheinung bringt. Dieses Unbekannte, von Bion „O“ genannt, ist das Reale, das was der (emotionalen) Wirklichkeit zugrundliegt (Bion 1965, S. 163 ff). Aus der Sicht Bion's erfordert der Blick auf das Unbekannte eine „künstliche Abblendung“ (Verzicht auf Wunsch, Erinnerung und sinnliche Erfahrung), die der Analytiker vornimmt, um für das, was dahinter

zutage tritt, offen sein zu können. Jede Erinnerung und jeder Wunsch im Analytiker beeinträchtigt hingegen die erforderliche „analytische Intuition“ (Bion 2006, S. 40).

Der bewusste Akt des Verzichts auf Wunsch und Erinnerung ist aber nur möglich, wenn eine spezielle Einstellung, ein besonderer Blickwinkel (Vertex), vorgenommen wird.

Gemeint ist der Blickwinkel auf das nicht Erkennbare, das aber als real angenommen und auch als erfahrbar beschrieben wird. Es geht um die Annahme eines fortgesetzten „Werdens“ (Becoming). Dieses Werden ist für Bion nicht direkt über die Sinnesorgane wahrnehmbar, sondern nur „intuierbar.“

Bion weist darauf hin, dass es ihm um das Zulassen der Erfahrung des Neuen, letztendlich Unerkennbaren geht, um etwas, das plötzlich in der Innenwelt auftauchen könne, wenn man ihm den Platz einräume.

Er spricht in diesem Kontext von einem „act of faith“, der es dem Analytiker ermögliche, eine solche Einstellung einzunehmen und die Aufmerksamkeit auf „O“ zu richten, also auf das Unbekannte.

### III

Die Gedanken Bion's stehen in einer auffälligen Nähe zum Zen-Buddhismus aber auch zum Hinduismus.

Hierzu gibt es mittlerweile eine lange Reihe von Untersuchungen, auf die ich hier nicht eingehen kann.

Kurz erwähnen möchte ich Esther Pelled und Yichi Zang. Pelled hat im Int. J. Psychoanal. 2007 einen Vergleich zwischen Bions Gedanken zu Lernen durch Erfahrung und Aufmerksamkeit mit geistigem Wachsen (mental growth) und Mindfulness gezogen. Weiterhin vergleicht sie die Fähigkeit zur Reverie bei Bion mit dem buddhistischen Gleichmut (the state of mind of equanimity). Beides führe zur Entwicklung eines inneren Containers, in welchem geistiges Wachstum und schließlich die Möglichkeit neuer, bisher unbekannter Erfahrungen, Gedanken ohne Denker, ermöglicht werden. (Int. J. Psychoanal 2007;88: 1522 ff.)

Yichi Zhang unternahm in einer kürzlich verfassten Arbeit eine genaue Analyse der Anmerkungen, welche Bion bei seiner Lektüre des Buches „The Way of Zen“ von Alan Watts in das Buch hineingeschrieben hatte. (Bion's Underlinings and Annotations in the Way of Zen, Psychoanalysis and History, im Druck).

In dieser Arbeit zeigt er, in welchem Ausmaß sich Bion mit dem Grundlagentext des Zen-Buddhismus von Alan Watts befasst hat. Nach Zhang's Analyse hat sich Bion mit Watts ungewöhnlich gründlich beschäftigt. Zhang kann überraschende Übereinstimmungen zentraler Thesen des Zen-Buddhismus mit Bion's späterer theoretischer Arbeit aufweisen. Zhang geht in seiner Arbeit so weit zu behaupten, dass der Zen-Buddhismus Bion in seiner Theorienbildung maßgeblich beeinflusst habe, eine These die mir aber zu weit geht.

Schließlich war Bion, als er diese Texte las, weit über 60 Jahre alt. Die Grundzüge seines Denkens waren schon gelegt.

Die große Ähnlichkeit mit buddhistischen Perspektiven ist jedoch unverkennbar.

Es stellt sich nun die Frage, ob es noch weitere Einflüsse in früheren Lebensphasen Bion's gegeben hat.

#### IV

Bion wurde in Indien geboren und verbrachte die ersten 8 Lebensjahre dort.

Bléandou erwähnt in seiner berühmten Biographie zwar Bion's Kindheit in Indien. Er geht aber nicht auf die nähere Beziehung zu der indischen Kinderfrau ein, mit der er ein sehr enges Verhältnis hatte.

Während der Zeit seiner Kindheit in Indien war diese für ihn eine zentrale Bezugsperson, vielleicht die einzige Person seiner Kindheit, an die er sich ohne jedwede Ambivalenz erinnert.

„Unsere Ayah ist die uralte indische Kinderfrau. Wir mochten sie sehr gerne, vielleicht noch lieber als unsere Eltern“ (zit. bei Wiedemann S. 15). Sie sang ihm die Lieder des Mahabharata vor, an die er sich später noch erinnern sollte.

„Ich las gerade das Mahabharata und wunderte mich, warum es mir so vertraut vorkommt. Dann dämmerte mir, es muss deshalb so sein, weil es die Art von Geschichten ist, die mir meine alte Ayah auch erzählt haben muss“ (zit. bei Wiedemann, 2007, S. 127).

#### V

Die Bhagavad Gita ist das „Herzstück“ des Mahabharata.

Die Upanishaden, die Brahma Sutras und die Bhagavad Gita stellen zusammen die höchste schriftlich niedergelegte Autorität im Hinduismus dar.

Man kann durchaus sagen, dass Bion zumindest ein wesentlicher Grundlagentext des Hinduismus mit den darin enthaltenen Geschichten vom Leben und Sterben sehr vertraut war.

Der Einfluss der indischen Mythologie auf das Denken Bion's und somit möglicherweise auch auf unsere neuere psychoanalytische Theorie und Technik ist m. E. bisher unbemerkt bzw. unkommentiert geblieben.

Ich möchte nun die These aufstellen, dass die indische Mythologie, insbesondere die Bhagavad Gita, einen entscheidenden Einfluss auf das Denken Bion's ausgeübt hat, insbesondere auf seine Konzeption von O.

Was hat es mit der Bhagavad Gita auf sich?

Sie ist ein Dialog, in welchem die Religion des Hinduismus, in Versform gesungen, dargelegt wird.

(Schopenhauer hat die Bhagavad Gita auch als „das göttliche Lied“ bezeichnet.)

Arjuna, Clanführer der Pandavas, muss mit seinen Verwandten gegen den verfeindeten Clan kämpfen, der ihn um sein Reich betrogen hat. Unter den feindlichen Clanmitgliedern, den Kauravas, weiß er Verwandte und Lehrer, die ihm nahestehen. Über diesen Konflikt gerät er in eine schwere Krise, die ihn die Götter um Hilfe anrufen lässt. Nun entsteht ein Dialog, zwischen Arjuna und seinem Wagenlenker Krishna. Krishna stellt die Inkarnation einer indischen Gottheit dar:

Arjuna bittet seinen Wagenlenker Krishna, ihn genau in die Mitte zwischen die beiden verfeindeten Heere zu führen. Dieser Ort zwischen den beiden Heeren heißt Guru-Ksetra. Guru bedeutet, der oder das, was die Dunkelheit hinwegnimmt. Ksetra bedeutet das Feld. Hier auf diesem Feld geht es um Klarheit oder Klärung über Grundtatsachen des Lebens.

Der Dialog beginnt, als sich Arjuna genau zwischen den beiden Heeren befindet, und er die feindlichen Fronten aus gleichem Abstand sieht. Von dort kann er Freunde und Verwandte auf beiden Seiten erkennen.

Arjuna ist mit einer Spaltung seiner Gesellschaft konfrontiert, für deren Überwindung er keine Lösung hat. Darüber gerät er in eine schwere Krise. Er reagiert mit psychosomatische Beschwerden. Er ist wie gelähmt, die Haut brennt, die Haare stehen ihm zu Berge, er kann nicht handeln. Nun entfaltet sich ein Dialog mit seinem Wagenlenker in den 18 Kapiteln der BG.

(Diese 18 Kapitel werden auch als die Entfaltung der drei Yogaformen, Karma-Yoga (Yoga der Handlung), Bhakti-Yoga (Yoga der Hingabe), und Jnana-Yoga (Yoga des Wissens und der Kenntnis), bezeichnet.

Krishna unterweist Arjuna auf dem Schlachtfeld des Lebens „Guru-Ksetra“ in die hinduistische Philosophie des Handelns.

Man könnte auch sagen, es wird eine Analogie zum unüberwindbaren inneren Konflikt beschrieben, der dann entsteht, wenn wir mit Spaltungen konfrontiert sind, die wir nicht überwinden können.

In diesem Dialog eröffnet Krishna nun seinem Schüler Arjuna den Blick auf die ewige Existenz, die als Grundlage das Sein durchzieht und die das Leben bewegt und zusammenhält. Dies ist wie eine Matrix zu sehen, aus der alles hervorgebracht wird und in die es sich auch wieder auflöst.

Es gibt keinen Anfang und kein Ende, sondern nur eine ewige Wandlung der Phänomene (Parinama).

Da alles immer in Bewegung und Wandlung ist (analog zur Lehre der Vorsokratiker z.B. bei Heraklit), muss Arjuna handeln. Die Kräfte, in die der Mensch eingebettet ist, sind seine eigene Natur. Sie sind zugleich auch höherer Natur, und er ist ihren Wandlungen unterworfen. Er kann sich dem ständigen Wandel nicht entziehen. Er kann sich bestenfalls darauf einstellen. Es ist ein Irrtum zu glauben, er könne als Individuum das Schicksal handelnd bestimmen, da alles schon geschehen ist und immer wieder geschehen wird. Was zählt, ist die Handlung selber. Das Ergebnis der Handlung kann er nicht bestimmen.

Krishna empfiehlt Arjuna eine Haltung zu finden, in welcher er sich nicht als Autor der Handlung und nicht zum Eigentümer der Ergebnisse der Handlung erklärt, sondern den Prozess und die Ergebnisse der Handlung offenlassen kann. (So wird es auch später im Yogasutra beschrieben: „Handele aber identifiziere Dich nicht mit den Ergebnissen Deiner Handlung.“ YS I 23).

Das ist das berühmte „Loslösen“, von dem in den Yogapraktiken die Rede ist. Alles ist somit in eine ewig wiederkehrende Bewegung der Kräfte des Weltgeschehens eingebunden, in welchem als Urgrund und Grundlage Krishna waltet.

Eine zentrale These der Bhagavad Gita ist, dass die Erlangung von Freiheit möglich ist, wenn es gelingt, Aufgaben zu vollbringen, ohne dabei auf das Ergebnis fixiert zu sein.

Zitate aus der Bhagavad Gita:

„Suche Deine Aufgabe zu erfüllen, aber fordere nicht deren Früchte ein. Sei Du weder der Hersteller der Früchte des Karma, noch neige Dich dem Nichthandeln zu“ (Kap. II, 47).

Zu dieser Haltung gehört die Aufgabe der eigenen Wünsche und Erinnerungen.

„Vollziehe Handlung, während du fest in Yoga bist. Gib alles auf, was dich bindet und sei gleichgestimmt sowohl in Erfolg wie in Misserfolg, (inneres) Gleichgewicht ist wahrhaft Yoga“ (Kap. II, 48).

Schließlich ist Abwendung der Sinnesorgane von den äußeren Objekten und das Aufsuchen der Dunkelheit ein Weg zur Erkenntnis: „Wenn, wie eine Schildkröte ihre Glieder, er seine Sinnesorgane von den Sinnesobjekten zurückziehen kann, sagt man, ist seine Weisheit sicher“ (Kap. II, 58).

Das Licht der normalen Sinneseindrücke birgt die Gefahr einer Behinderung für die Wahrnehmung des Yogi:

„Das, was für alle Lebewesen Nacht ist, darin wacht der disziplinierte Mann. Das, was für alle Lebewesen Tag ist, ist Nacht für den Atman-kennenden Muni“ (Kap. II, 69).

Dann folgt die Empfehlung, seine Wünsche und Vorstellungen aufzugeben, um für die Wahrnehmung frei zu sein: „Den, der in seinen Handlungen von fixierten Vorstellungen und dem Wunsch nach Ergebnissen frei ist,... den nennen die Wissenden „weise“ (Kap. IV, 19).

In IV 39 und IV 40 wird dann Faith (Shraddha) als Grundlage für die Entwicklung von Wissen und Verstehen beschrieben.

Viele weitere, für unsere Untersuchung wertvolle Stellen in der Bhagavad-Gita, könnten zitiert werden. Andeutungen und Verweise müssen hier genügen.

Ein durchgängiger Grundzug in diesem Dialog zwischen Krishna und Arjuna ist die Offenbarung der Lehre von der Omnipräsenz oder Ubiquität des unzerstörbaren Objektes in der Wandlung.

Das Leben ist Entwicklung. Das, was dem Leben zugrunde liegt, ist unzerstörbar. Es manifestiert sich in immerwährender Bewegung aus dem Unerkannten hinaus in das Bekannte, um von dort aus sich wieder umzuwandeln und letztendlich aufzulösen.

Dies kann der Mensch nur sinnvoll leben, wenn er ein Vertrauen in den ihn tragenden Untergrund haben kann. Das heißt bei Bion „Faith“. In der Bhagavad Gita wird es „Shraddha“ genannt.

Wir finden also sehr genaue Übereinstimmungen zu einigen zentralen Gedanken Bion's: seinen Gedanken zum Werden (Becoming), zu „O“, der negativen Capability und zu Faith (Shraddha), und der "Transformation von O."

Der meines Erachtens wichtigste gemeinsame Grundzug mit dem fernöstlichen Gedankengut besteht in der Forderung von Verzicht auf die Fixierung auf Fakten und Ergebnisse. Im Vordergrund steht das Prozesshafte und Unvollendete in einem gemeinsamen Feld.

## VI

Nach meiner Ausbildung zum Psychoanalytiker wollte ich herausfinden, ob einige Grundannahmen unserer psychoanalytischen Methoden ein Fundament auch in anderen Kulturen haben. Z.B. interessierte mich die Frage nach dem Verständnis und der Bedeutung der Objektbeziehung in Ost und West, aber auch die Frage, wie Konflikte in den unterschiedlichen Kulturen gelebt werden.

Ich hatte das Glück, einen Yogalehrer zu finden, der in der Yogatradition verwurzelt war und der mir hierzu einiges vermitteln konnte. Über weite Strecken hinweg erinnerte mich seine Haltung und sein Vorgehen an einen Psychoanalytiker. Es gab z.B. ein festes Setting: Eine Stunde am Vormittag, eine Stunde am Nachmittag. Die Zeiten wurden immer genau eingehalten. Es herrschte eine absolute Zuverlässigkeit und Sicherheit in den Sitzungen. Ich kann mich an keine ausgefallene Stunde erinnern. Es gab keine persönlichen Enthüllungen von Seiten des Lehrers. Der Lehrer war über die vielen Jahre hinweg erstaunlich nah und zugleich ein Buch mit sieben Siegeln. Obwohl ich mich tief verstanden fühlte, herrschte eine durchgängige innere Abstinenz.

Wenn ich nach ca. 4-6 Monaten Pause zurückkehrte, begann der Unterricht mit Schweigen, bis plötzlich ein Thema entstand.

Es war spürbar, dass er darauf wartete, dass eine Idee, ein Gedanke entstand, der nicht vorbereitet war. Die Präsenz und die Intuition des Yogalehrers in den einzelnen Begegnungen war außergewöhnlich.

Mir wurde zunehmend klar, dass Yoga in erster Linie auf einem tiefen, das Unbewusste berührenden Dialog in der Beziehung fußt. Es entstand eine Sicherheit in einer Beziehung, die einer analytischen Beziehung vergleichbar ist.

Er führte jeden Abend eine Art Ambulanz in dem von ihm gegründeten Institut, wo Patienten aus der Stadt mit Yogatechniken behandelt wurden. Ich durfte einige Male bei seinen Behandlungen anwesend sein. Er sprach in der Sprache seiner Patienten, während er eine Yogatechnik für sie entwarf. Es gelang ihm sehr schnell, mit seinen Patienten in eine tiefe und vertrauende Beziehung zu gelangen. Als ich ihn einmal fragte, was für ihn der wichtigste Aspekt am Yoga sei, sagte er:

„Ich möchte mit der Person in Beziehung sein. Die Körperübungen sind ein erster Zugang.

## VII

Yoga hat sich seit Jahrtausenden in vielen Formen der Praxis bewährt.

Der entscheidende Grundzug bei allen Yogatechniken ist die Entwicklung der Fähigkeit, sich von Identifizierungen zu lösen, die innere Situation wahrzunehmen, um dann aber auch loslassen zu können und sich der Entwicklung neuer Eindrücke und Entwicklungen überlassen zu können.

Dies ähnelt sehr der von Freud empfohlenen freien Assoziation, lässt aber auch an Bion's Reverie denken.

Die Körperübungen wie auch die Atemübungen unterstützen diesen Prozess. Sie sind kein Selbstzweck. Sie bestehen in der kunstvollen Aneinanderreihung von Übungen in Anspannung und Entspannung der unterschiedlichen Körperpartien. Dies geschieht in einem in langer Tradition entwickelten System so, dass ein inneres Gleichgewicht erreicht wird.

Am Ende der Übung, Körperübung, Atemübung und Meditation ist die Ruhephase die wichtigste. Es erfolgt nun die entgegengesetzte Bewegung: Von der Fokussierung hin auf das Loslassen bei gleichzeitiger Wachheit.

Ich lasse Gedanken, Körperempfindungen, Sinneswahrnehmungen, die durch den Kopf gehen zu, nehme sie wahr und lasse sie wieder los und an mir vorbeiziehen. Es tauchen immer neue Eindrücke und Gedanken auf, ein fortgesetztes Wahrnehmen und sich davon Lösen.

Dies erfordert das sichere Vertrauen darauf, dass es etwas gibt, einen tragenden Grund, etwas, auf dem sich Unvereinbarkeiten auflösen lassen können.

Hier geht die Yogaübung in eine Meditation über, die dem Zen- Buddhismus ähneln mag.



Es findet in der täglichen Übung also eine ständige Bewegung zwischen Fokussierung und Loslassen statt.

Nach einer gewissen Zeit kann es dann geschehen, dass ein Auftrieb besonderer Art einsetzt (Portance), der immer wieder als etwas Neues erlebt wird.

## VIII

Die Hinwendung zu dieser inneren Welt, gibt mir den Freiraum zurück, den ich manchmal im Behandlungsprozess aufgegeben habe.

Das hilft mir dabei, mich nach anstrengenden Stunden wieder lebendig zu spüren und innere Ressourcen zu finden. Gerade die Behandlung von Patienten mit psychosomatischen Beschwerden erzeugt in der Gegenübertragung in mir bisweilen eine schwer erträgliche grauenhafte Leere, manchmal auch psychosomatische Symptome (Anspannung, Kopfschmerz u. Ä.). Hier hilft mir Yoga dabei, diese Zustände zu ertragen bzw. solche Situationen angstfreier zu erleben.

Ich denke, diese Art der Zuwendung zur Innenwelt führt zu einer Reduzierung der Ängste vor Selbstverlust und damit der Abwehr von Fremdem und Unverstandenem.

Die innere Situation des Yoga praktizierenden bzw. meditierenden Analytikers im analytischen Feld hat Auswirkungen auf das Selbsterleben und die Emotionen des Patienten. Beide Seiten kommen mit etwas Grundlegendem in Kontakt, etwas, was Spaltungen aufheben und neue Zusammenhänge entstehen lassen kann.

Bion hat die Suche nach Wahrheit als ein Grundmotiv des Menschen, vergleichbar einem Trieb, in die psychoanalytische Arbeit eingeführt.

Ziel der psychoanalytischen Arbeit ist es, dass der Analysand seine innere Wahrheit kennen lernt. Yoga und Meditation verfolgen das gleiche Ziel.

## Literatur

Bion, W.: Aufmerksamkeit und Deutung. Edition Diskord, Tübingen, 2006,

Bléandonu, D.: Wilfred Bion. Other Press, New York, 1994,

Desikachar, TKV, Krusche, H.: Freud And Yoga. North Point Press, New York, 2014,

Eigen, M.: Faith. Karnac Books, London, 2014,

Epstein, M.: Thoughts Without A Thinker. duckworth-publishers, London, 1996,

Watts, A.: The Way of Zen. Vintage Books, New York, 1985,

Weischede, G., Zwiebel, R.: Neurose und Erleuchtung. Klett-Cotta, Stuttgart, 2009,

Wiedemann, W.: Wilfred Bion. Psychosozial Verlag, Gießen, 2007.

Zhang, Y.: Bion's underlining and annotations in THE WAY OF ZEN. Im Druck in:  
Psychoanalysis and History

Zwiebel, R. Weischede, G.: Buddha und Freud-Präsenz und Einsicht. Vandenhoeck u.  
Ruprecht, Göttingen, 2015.