



# Über das Grenzüberschreiten

Wer sich auf unbekanntes Terrain wagt, wird neue Erfahrungen machen. Das kann Fluch und Segen sein.

**Albert Kitzler**

Als die Gefährten des Odysseus diesen anflehten, die Insel des unheimlichen Zyklopen Polyphem so schnell wie möglich zu verlassen, bevor dieser auftauche und sie entdecke, wies er sie zurück. „Aber ich hörte nicht“, erzählt er später, „um ihn selber zu sehen (ach, besser hätt' ich gehört!).“ Neugier und Wissensdurst, Grundeigenschaften aller Weisheit, trieben ihn, die Grenzen des Sicheren zu überschreiten. Die Erfahrung, die er durch diese Grenzüberschreitung erwarb, war eine seiner schrecklichsten im Leben. So musste er tatenlos mitansehen, wie der grausame Riese acht seiner liebsten Gefährten bei lebendigem Leibe auffraß. Die Neugier, die ihn ein Leben lang umtrieb, Unbekanntes zu entdecken, machte ihn aber auch zum weisen Vorbild der Griechen.

Grenzen überschreiten ist gefährlich. Es kann gut oder schlecht ausgehen, kann Horizonte erweitern, aber auch Gewissheiten zerstören, zu innerer Bereicherung oder zu seelischer Verarmung führen, es kann uns glücklich machen oder unglücklich.

Am Anfang des abendländischen Nachdenkens über das gelingende Leben steht wie ein Monolith das „Erkenne Dich selbst!“. In der griechischen Philosophie und Weisheitslehre bedeutete es ursprünglich, sich stets der eigenen Grenzen bewusst zu sein: dass wir sterblich sind, nicht alles wissen und erkennen, dass wir nur mit begrenzten geistigen und körperlichen Fähigkeiten ausgestattet sind, dass wir allesamt Defizite und Schwächen haben. Wer diese Grenzen ignoriert und sie in anmaßendem Übermut überschreitet, erliegt der Hybris und wird über kurz oder lang schei-

tern. „Trachte nicht danach, Zeus zu werden“, mahnt Pindar, ein altgriechischer Lyriker aus dem fünften Jahrhundert v. u. Z. „Übermut ist das Verderben ihrer Besitzer. Wer sein Herz selbst erkennt, den kennt das Glück“, heißt es in einem ägyptischen Papyrus.

Nur wer sich selbst kennt, insbesondere seine Grenzen und in Ehrfurcht vor sich selbst und seiner Natur diese respektiert und annimmt, dem wird das Leben gelingen. „Nichts angehen, was die eigenen Kräfte übersteigt“, warnte der Philosoph Demokrit. Er war einer der großen Verkünder der Weisheit von Maß und Mitte. Er stimmte darin mit allen großen Denkern des Altertums in Ost und West überein. „Maß und Mitte bewahren – das ist die höchste Weisheit“, sagte Konfuzius. In der Bhagavadgita, eine der zentralen Schriften des Hinduismus, lesen wir: „Wer jede Überheblichkeit aufgibt, der hat einen wesentlichen Schritt zur Weisheit getan.“

*Nichts angehen,  
was die eigenen Kräfte  
übersteigt.*

In dem Zitat aus dem alten Ägypten zeigt sich schon der fließende Übergang von einer schädlichen zu einer nützlichen Grenzüberschreitung. Denn wie finden wir unser Maß und unsere Mitte? Hier beginnt in der praktischen Philosophie die Dialektik der Grenzüberschreitung. Warnt das „Erkenne Dich selbst!“ und das „Nichts zu sehr!“ vor einer Überschreitung des rechten Maßes als der Grenze zwischen einem guten und

einem leidvollen Leben, so können wir unsere Mitte und unser Maß in allen Dingen nur finden, wenn wir wissen, wo die Grenze verläuft.

*Alle Menschen  
streben von  
Natur aus  
nach Wissen.*

Da Maß und Mitte, wie schon Aristoteles, der wohl bedeutendste griechische Philosoph der abendländischen Geschichte, feststellte, von der individuellen Natur des Einzelnen abhängen, muss jeder für sich selbst herausfinden, was sein rechtes Maß ist. Kein anderer Mensch kann uns sagen, wo unsere jeweilige Grenze zwischen Über- und Untermaß verläuft. Er kann uns allenfalls eine Orientierung geben und auf die Werte hinweisen, die für die Bestimmung des rechten Maßes für ein gelingendes Leben den Ausschlag geben. Nur wir können die Grenzen bestimmen, indem wir im Lebensvollzug erkennen, was uns guttut und was nicht. „Wie kann man sich selbst kennenlernen?“, fragt Johann Wolfgang von Goethe. „Durch Betrachten niemals“, probiere dich aus, und du wirst sehen, woran du bist.

Nur wer Irrwege geht, lernt die Landschaft kennen. Nur wer die Landschaft kennt, findet den rechten Weg. So erkennen und erfahren wir erst im Überschreiten unserer Grenze, wo sie verläuft. In diesem Sinne ist Grenzüberschreitung ein notwendiger Bestandteil der Selbsterkenntnis, ohne die wir nicht in unsere Mitte kommen und das wohltuende, uns gemäße Maß verfehlen.

Aber dieses Überschreiten ist gefährlich und oftmals mit Leiden verbunden. Sechs Jahre lang beschritt Buddha erfolglos den Weg der Askese und hungerte sich fast zu Tode, bevor er Erleuchtung erlangte und den „Mittleren Pfad“ als den besseren empfahl. Nur wo die Gefahr ist, da wächst das Rettende. „Durch Leiden lernen“, stellte schon der griechische Tragiker Aischy-

los fest. Wer sich nicht mutig wagt und Grenzen überschreitet, wer nicht bereit ist, gegebenenfalls auch leidvolle Erfahrungen zu machen, wird sich nicht finden.

Grenzüberschreitungen sind noch in anderer Hinsicht westlich für ein gelingendes Leben. Jede Persönlichkeitsentwicklung, jedes innere Wachsen und Reifen setzen voraus, dass wir über das, was ist, was wir kennen und wissen, was wir bisher waren und erfahren haben, hinausgehen, neue Horizonte eröffnen, das Gewohnte und Selbstverständliche verlassen, wie Buddha „in die Haus- und Heimatlosigkeit“ aufbrechen, um uns zu wandeln. Neugier, Offenheit, Aufgeschlossenheit, sich dem Fremden, dem Bedrohlichen und Unheimlichen jenseits der Grenzen aussetzen, gehören dazu. Viele große Philosophen des Altertums sind weit gereist und haben zahlreiche Grenzen überschritten, um zu lernen und sich zu vervollkommen.

Wir wollen unser Wissen erweitern und ein stimmiges Verständnis von uns selbst und der Welt erlangen. „Alle Menschen streben von Natur aus nach Wissen“, lautet der erste Satz in der berühmten Metaphysik des Aristoteles. Schwarze Löcher in unseren Anschauungen beunruhigen uns, kohärentes Verstehen unserer Welt und des Umfassenden schließt sie. Wer versteht, wird duldsam und gelassen und kommt in die Geborgenheit des eigensten Innern. Wir decken Irrtümer auf, vermeiden Selbsttäuschung, lichten das Dunkle, erkennen unser Selbst und lernen, die Welt und die anderen zu nehmen, wie sie sind.

*Philosophieren  
beginnt an  
den Grenzen  
des Wissens.*

Selbst wo wir an die letzten Grenzen unserer Wissensmöglichkeiten stoßen, kann und muss das Denken sie noch überschreiten. „Philosophieren“, sagt Karl Jaspers, „beginnt an den Grenzen dieses Wissens (...) die doch vom Philosophieren nie als endgültig anerkannt

werden.“ Hier „hört zwar das Erkennen, nicht aber das Denken auf“. Philosophieren in diesem Sinne ist ständige Grenzüberschreitung, Transzendenz, praktisches Philosophieren, das kontinuierliche Bestreben, über sich hinauszugehen und seine Persönlichkeit zu erweitern, innerlich zu wachsen und zu lernen, besser, freudvoller und erfüllter zu leben. Ständig die Grenzen überschreitend, wahren wir sie.

Unser Wissen hinterfragen und anzweifeln, uns selbst immer wieder aufs Spiel setzen, uns öffnen, etwas wagen, etwas ausprobieren und uns wandeln – so erkennen wir die Grenzen, die unser tiefstes Maß und unsere wesenhafte Mitte bestimmen und uns zeigen, wer wir sind und werden sollen. Grenzen überschreiten und existieren sind dasselbe. Nur Grenzüberschreitungen führen uns in unsere Mitte.

So kann das Zwiespältige der Grenzüberschreitung dahin gehend zusammengefasst werden: Grenzen überschreiten bedeutet wahres Leben. Grenzen erkennen und respektieren bedeutet gutes Leben. Nur wer wahrhaft lebt, lebt ein gutes Leben. Nur wer Grenzen überschreitet, kann sie wahren. ✧



Dr. Albert Kitzler, Philosoph und Gründer von „Maß und Mitte – Schule für antike Lebensweisheit“. Er bietet Seminare, Matineen, Vorträge, philosophische Urlaube sowie Einzel- und Unternehmensberatungen an und ist Autor zahlreicher Bücher. [www.massundmitte.de](http://www.massundmitte.de)

*Das innere Kind*

**HÖREN,  
HALTEN,  
HELFEN,  
HEILEN.**

In diesem 10-Tage Online-Kurs lernst Du, Dein inneres Kind kennen und übst Dich darin, es zu hören, zu halten, zu helfen und dadurch tief zu heilen.

[WWW.ACHTSAMKAI.DE](http://WWW.ACHTSAMKAI.DE)

## Philosophischer Urlaub

Das Seminar wird von **Dr. Albert Kitzler** geleitet und von **Maß und Mitte – Schule für antike Lebensweisheit** veranstaltet.



**Philosophie und Wandern:**  
„Lebenskunst – Goethe und die Antike“ im Natur-Hotel-Lüsnerhof, Südtirol/Dolomiten  
**24. bis 31. Oktober 2020**



**Chinesische Lebensweisheit:**  
„I Ging – Buch der Wandlungen“ im Nido sulle Colline, Marken/Italien  
**10. bis 17. Oktober 2020**

Unterkunft, Verpflegung und Seminargebühr:  
Lüsnerhof: 1.475,- € / Nido: 1.556,- €  
Weitere Infos: [www.massundmitte.de/aktuelles](http://www.massundmitte.de/aktuelles)  
Anmeldungen: [massundmitte@gmx.de](mailto:massundmitte@gmx.de)