

Communio – Institut für Führungskunst
Spirituelle Salon bei Prof. Barbara von Meibom, Berlin
Mittwoch, den 15. März 2017

Referent: Dr. Albert Kitzler

Titel

„Die Angst vor dem Fremden“

Impulsvortrag

Ich begrüße Sie ganz herzlich zu der heutigen Veranstaltung und bedanke mich bei Frau von Meibom für die freundliche Einladung.

Wie Sie vielleicht der Ankündigung entnommen haben, ist mein Gebiet die antike praktische Philosophie und Lebensweisheit, wie sie uns überliefert wurde aus den großen Kulturen des Altertums wie Ägypten, Griechenland, Indien und China. Ich habe nun meine Aufzeichnungen und Notizen aus den alten Texten danach durchgesehen, ob ich etwas zu dem Thema „Angst vor dem Fremden“ finde, musste aber passen und das, obwohl es ein Fremdwort für diese Angst gibt, das aus dem Altgriechischen stammt, die Xenophobie, von xenos, der Fremde, und phobia, die Angst. Allerdings ist das offenbar eine viel spätere Wortschöpfung, die aus dem Anfang des 20. Jh. stammt. Im alten Griechenland gab es das Wort nicht. Das ist auch verständlich, denn die erste Bedeutung von xenos war nicht der Fremde, sondern der Gast. Der Gast aber genoss heiliges Gastrecht und stand unter dem Schutz des Göttervaters Zeus höchstpersönlich. Von ihm leitet sich auch das Wort xenos her, denn Zeus wird auch xenios genannt. Wir haben es hier also mit einer Bedeutungsverschiebung ins Gegenteil zu tun, die zu denken gibt.

Über Angst allerdings findet man im antiken Weisheitsdenken sehr viel. Das war in der Tat eines ihrer zentralen Themen. Dieses Weisheitsdenken kreiste nämlich ganz vornehmlich um die Frage, wie wir ein gutes Leben führen können, wie wir nachhaltige Zufriedenheit und Glück erreichen. Ein seinerzeit viel beschrittener Weg, diese Frage zu beantworten war, alles das genauer unter die Lupe zu nehmen, was uns daran hindert, ein solches Leben zu führen. Die Alten identifizierten diese Hindernisse mit all dem, worunter die Seele leidet und weshalb sie sich nicht wohl fühlt, also Sorgen, innere Unruhe, Überforderung, Entfremdung, Zorn,

Wut, Hass, Ärger, Gier, Neid, Eifersucht, Überheblichkeit und natürlich auch: die Angst. Für viele war sie sogar einer der größten Feinde eines glücklichen Lebens. Epikur definierte das glückliche Leben als die Abwesenheit von Schmerz und Furcht.

Schauen wir uns nun an, welche Art von Angst oder Furcht sie meinten, die uns die Lust am Leben verderbe, so lassen sich vor allem zwei Arten von Ängsten erkennen. (Ich verwende die Begriffe Angst und Furcht hier einmal synonym). Die eine Angst hat viel mit unserem Wollen und Hoffen zu tun und besteht darin, dass wir entweder befürchten, etwas, das wir uns erhoffen und wünschen, tritt nicht ein; oder aber wir werden von der Vorstellung eingenommen, etwas für uns Negatives werde eintreten. Die zweite Variante leitet über zu der zweiten Form der Angst, die im Altertum ebenfalls viel diskutiert wurde, nämlich die Angst vor dem Tod, der Vergänglichkeit, dem Verlust von etwas als einer Erscheinungsform der Vergänglichkeit.

Diese zweite Form der Angst hat ihre Wurzel darin, dass wir uns innerlich oder äußerlich an etwas hängen und klammern, sei es eine Person, ein Verhältnis, ein Job, eine Vorstellung, Besitz oder Ansehen. Um diese Angst loszuwerden, lehrte die indische Philosophie, insbesondere der Buddhismus, die Fähigkeit des Loslassen-Könnens, das heute noch in aller Munde ist; die Stoa lehrte etwas Ähnliches, nämlich dass wir alles Äußere, allen Besitz, alle äußeren Verhältnisse überhaupt als gleichgültig ansehen sollten und uns auf die Pflege und Entwicklung der inneren Werte konzentrieren sollten. Seneca schließlich meinte, dass diese Art der Angst, und eigentlich alle Formen von Angst, letztlich in der einen Angst vor dem Tod wurzelten. Es ist die allgegenwärtige Vergänglichkeit, die uns Angst macht, indem sie uns ständig an die Vergänglichkeit der eigenen Existenz erinnert. Ähnlich waren für die Inder alle Formen der Vergänglichkeit Masken des Todes. In jedem Verlust, in jedem Vergehen, erleben wir einen kleinen Tod.

Ich glaube, hier nähern wir uns der „Angst vor dem Fremden“. Das Fremde nämlich ist das Nicht-Ich, das Unbekannte, das Andere, das Wesens-Fremde. Dieses Andere aber ist immer Negation des Ichs und teilt diesen Wesenszug gemeinsam mit dem Tod.

Was aber ist dieses Ich? In Anlehnung an prominent vertretene Vorstellungen in der Philosophie des Altertums können wir sagen, dass dieses Ich nichts anderes ist als die Summe unserer Gewohnheiten, Gewohnheiten im Verhalten, Wollen, Werten und im Denken. In

diesen Gewohnheiten, in dem, was wir täglich denken, wollen und tun, finden wir unsere Geborgenheit, unsere Identität, unser Sein. „*Ich habe viel in der Welt versucht und immer dasselbe gefunden: in der Gewohnheit ruht das einzige Behagen des Menschen...*“, heißt es in Goethes Wilhelm Meister. „*Was man gewohnt war, bleibt ein Paradies*“, lässt er den Mephistopheles im Faust seine eigene Überzeugung wiedergeben.

Hier kommen wir zum Punkt. Für das Ich, für die Behaglichkeit des Gewohnten im Denken, Wollen und Verhalten, ist das Nicht-Ich, das Andere, das Ungewohnte, das Unbekannte, das Fremde die Bedrohung seines Paradieses. Anders gewendet: Das Fremde ist die Gestalt gewordene Bedrohung, wir könnten aus dem Paradies vertrieben werden, aus dem Gewohnten, das unsere Identität und unseren Platz in der Welt definiert. Das ist m.E. zumindest ein wichtiger, wenn nicht der zentrale Aspekt der Angst vor dem Fremden. Alle anderen Ursachenerklärungen, die man zur Xenophobie finden kann, seien sie sozialpsychologisch, evolutionsbiologisch oder individualpsychologisch rücken wichtige Aspekte ins Blickfeld, lassen sich aber m.E. auf diese Angst von dem Ungewohnten, dem Nicht-Ich, der Vergänglichkeit, letztlich auf die Angst vor dem Tod zurückführen.

Insofern stimme ich Epikur, Seneca und anderen Philosophen des Altertums zu, die meinten, wenn wir unsere Angst vor dem Tod wirklich überwinden, wir damit allen Ängsten den Boden entziehen und uns von ihnen befreien. Wer die Angst vor dem Tod überwunden hat, der hängt nicht am Leben und ist in jedem Moment bereit für den Tod. Wer in jedem Moment bereit ist für den Tod, für den ist jeder andere Verlust, jede Änderung seiner Lebensbedingungen, jede Änderung seiner gewohnten Umgebung, von gewohnten Verhältnissen, von gewohnten Menschen, von gewohnten Normen und Anschauungen, für den hat jede Form der Veränderung als eine Maske des Todes und der Vergänglichkeit ihren Schrecken verloren. Er ruht in sich und bleibt gelassen, mag kommen, was will. Er fürchtet nichts und kennt keine Angst vor dem Fremden.

Was diese Angst hervorruft ist, mit anderen Worten, die mangelnde Gelassenheit, die mangelnde Geborgenheit und Sicherheit in sich selbst, die mangelnde Offenheit für Veränderung und Wandel, für das Ungewohnte und Unbekannte. Umgekehrt ist es ein starres Festhalten und Klammern am Gewohnten, den bestehenden Lebensbezügen, wo dieses Festhalten zur Erstarrung, zum Stillstand, zur Versteinigung, zur Leblosigkeit, zum Verlust jeglicher Vitalität führt, aus dem die Furcht vor dem Fremden erwächst.

Es wäre nun aber falsch, unsere Gewohnheiten selbst für die Angst vor dem Fremden verantwortlich zu machen. Es ist vielmehr das Klammern und Festhalten, die innere Einstellung zu unseren Gewohnheiten, zu dem im Denken, Wollen, und Vorstellen Gewohnten, der natürliche Wunsch, unser Leben, das wir mit diesem Gewohnten identifizieren, zu konservieren und zu verewigen, das die Ursache unserer Angst vor dem Fremden ist.

Insofern bedarf der zuvor genannte Gedanke, wir seien nichts als unsere Gewohnheiten, einer Einschränkung. Es gibt noch etwas in uns, das fähig ist, die Gewohnheiten zu steuern, zu ändern, zu überwinden, neue zu etablieren. Der Mensch ist das Wesen, das sich zu sich selbst verhält, das in sich selbst die Kraft hat, sich selbst zu überwinden. Wir können uns sofort entschließen, etwas anders zu machen, als wie wir es bisher gemacht haben. Wir sind unseren Gewohnheiten nicht hilflos ausgeliefert. Wie haben die Fähigkeit zur Selbstbeobachtung, Selbststeuerung, Selbstkorrektur, Selbstkultivierung. Deshalb sagte ich, es sind nicht die Gewohnheiten selbst, die uns Angst machen, sondern es kommt alles auf unsere innere Einstellung zu ihnen an und unseren Umgang mit ihnen.

Dies betrifft nicht nur unsere Einstellung zu einzelnen Gewohnheiten, sondern auch zu unseren Denk-, Wollens- und Verhaltensgewohnheiten als Ganzes, also unser Leben selbst. Deshalb können wir auch das Klammern am Leben ändern und überwinden. Wir können die Angst vor dem Tod überwinden und damit alle Ängste, einschließlich der Angst vor dem Fremden.

In Indien finden wir diesen Gedanken in der Vorstellung, dass unser Wesensgrund und unsere eigentliche Identität nicht unser weltbezügliches Ich sei, die Summe unserer Gewohnheiten, sondern unser Selbst, Atman genannt, das identisch ist mit der Weltseele, dem Brahman.

Bei Platon und beim Neuplatonismus finden wir einen ähnlichen Gedanken in der Leibfeindlichkeit und der Identifikation unserer Vernunft als der herausragendsten Eigenschaft des Menschen mit den ewigen Ideen, mit dem unvergänglichen Sein. Die Seele ist Teil des unvergänglichen Seins und kann nicht vergehen.

Diesen Gedanken finden wir auch in der Stoa, die alles Äußere und Weltliche, einschließlich Leib und Leben, als indifferente, gleichgültige Güter ansah, wohingegen nur unsere Tugend oder Weisheit, das Innere, der gute Wille, das einzige Gut ist. Auch dies führt im Ergebnis zu Freiheit und Nichtverhaftet-Sein an vergänglichen Gütern, zu Angstfreiheit.

Schließlich finden wir im chinesischen Daoismus und Zen-Buddhismus, der sich aus dem Daoismus entwickelt hat, ganz ähnliche Vorstellungen. Das Lebensideal ist hier das „Wandern im Nichts, bei dem man die Wahrheit pflückt.“ Die alten Chinesen preisen die Stille, die Leere, die Versunkenheit und Reinheit, als Formen des Nicht-verhaftet-Seins an die Welt.

All diesen Vorstellungen gemeinsam ist die Überwindung des Verhaftet-Seins und die Konzentration und Pflege von etwas in uns, das stärker ist als alle Weltbezogenheit, das unangreifbar und unverletzlich ist, dem selbst der Tod nichts anhaben kann. In der Konzentration auf dieses etwas überwinden wir die Angst vor dem Tod und damit vor allem Fremden. Weil aber das eine enorme Anstrengung und kontinuierliche Bemühung unserer geistig-seelischen Kräfte voraussetzt, gelingt es letztendlich nur wenigen, sich selbst, das eigene Ich, den Willen zum Leben zu überwinden. Daher kann die Angst vor dem Fremden nur von Wenigen, vielleicht nur von vollendeten Weisen und Heiligen, vollständig überwunden werden. Wir normal Sterblichen können diese Angst allenfalls mehr oder weniger stark verringern. Bei der Masse aber wird die Angst vor dem Fremden ein bestimmendes Lebensgefühl bleiben.

„Der Tod gehört zu jenen Dingen, die zwar kein Übel sind, aber doch wie ein Übel aussehen. Die Eigenliebe ist uns eingepflanzt sowie der Trieb nach Dauer und Selbsterhaltung, verbunden mit dem Widerwillen gegen die Auflösung ... vor dem Unbekannten schauert es uns. ... Es bedarf reichlicher Übung, um der Seele die Festigkeit zu geben, die imstande ist den Anblick und die unmittelbare Nähe des Todes zu ertragen.“ Seneca
