

# Angst

Von der Gegenwartsanalyse Martha C. Nussbaums  
zur gläubigen Überwindung nach Eugen Biser

von Maximilian Gigl

MARTHA NUSSBAUM, *Königreich der Angst. Gedanken zur aktuellen politischen Krise*. Aus dem Englischen von Manfred Weltecke, Darmstadt: WBG Theiss 2019, 304 Seiten, 28,00 €. ISBN 978-3-8062-3875-4 (engl. Erstausgabe: *The Monarchy of Fear. A Philosopher Looks at Our Political Crisis*, New York: Simon & Schuster 2018).

Unter den jüngeren Veröffentlichungen zur Angstthematik verdient das Buch „Königreich der Angst“ von Martha Nussbaum besondere Aufmerksamkeit. Durch ihre philosophische und anthropologische Fundierung kommt bei ihr auch die Rolle des Religiösen in den Blick. Dabei stellt sich die Frage, ob die von Nussbaum vorgeschlagenen Strategien zur Angstüberwindung ausreichen. Eine mögliche Antwort findet sich im Konzept der gläubigen Angstüberwindung, wie sie Eugen Biser entfaltet hat.

Das Thema ‚Angst‘ ist seit einigen Jahren in aller Munde. Exemplarisch dafür stehen einige vielbeachtete Titel der letzten Jahre wie „Gesellschaft der Angst“<sup>1</sup> von Heinz Bude oder „Republik der Angst“<sup>2</sup> von Frank Biess. Diesen könnten noch viele weitere Neuerscheinungen der Gattung Ratgeber hinzugefügt werden, die Hilfestellungen dazu geben wollen, Angst im eigenen Leben zu reduzieren. Dabei kommt der Angst-Thematik aber nicht nur eine breite Aufmerksamkeit zu, sondern diese dient auch als Teil der gesellschaftlichen Selbstbeschreibung und Selbstbeobachtung.

Das Buch „Königreich der Angst“ der US-amerikanischen, an der Universität Chicago lehrenden Philosophin Martha Nussbaum (\*1947) steht auf den ersten Blick in einer Reihe mit vielen anderen gegenwärtigen Angst-Büchern, allerdings gehört eine umfassende philosophische bzw. anthropologische Fundierung der Angstthematik zu den Spezifika ihrer Herangehensweise.

Der Untertitel des Buches „Gedanken zur aktuellen politischen Krise“ deutet auf den Anlass ihres Buches hin, nämlich – wie sie im Vorwort erläutert – der Situation in den USA seit den Präsidentschaftswahlen von 2016. Auch wenn sie dazu unmissverständlich eine Position favorisiert, kann es als großer Gewinn angeführt werden, dass sie in ihren vielen Beispielen stets gleichermaßen verschiedene Positionen des politischen Spektrums einbezieht. Dadurch bringt sie zum Ausdruck, dass Angst und die verwandten Gefühle

---

<sup>1</sup> *Heinz Bude*, *Gesellschaft der Angst*, Hamburg 2014.

<sup>2</sup> *Frank Biess*, *Republik der Angst. Eine andere Geschichte der Bundesrepublik*, Reinbeck 2019; siehe ferner *Paul Schreyer*, *Angst der Eliten. Wer fürchtet die Demokratie*, Frankfurt a. M. 2018.

nicht das Merkmal nur einer bestimmten gesellschaftlichen oder politischen Gruppe sind, sondern ein gegenwärtiges Kennzeichen der Gesellschaft insgesamt und zwar aus einer anthropologischen Bestimmung heraus. Vereinfacht ausgedrückt: Das „Königreich der Angst“ befindet sich im Inneren eines jeden Einzelnen.

## 1. Zur Konzeption von Angst bei Martha Nussbaum

Wenn Martha Nussbaum von „Angst“ (engl. fear) spricht, meint sie eine Emotion und eine Verfassung, die jedem Mensch zuteil sei. Angst lasse sich daher nicht als eine psychologische Störung verstehen, sondern zunächst einmal als ein menschliches Grundgefühl, welches als erste Emotion im menschlichen Leben auftrete. Das Baby werde in eine Welt hineingeboren, der es nicht gewachsen sei. Hilflos und verletzlich liege es da und sei vollkommen darauf angewiesen, dass ein anderer ihm gebe, was es brauche (38). Daher präge ein Gefühl der Ungewissheit und Hilflosigkeit diese Lebensphase, die z. B. durchzogen sei von Erfahrungen von Hunger und von Dunkelheit. Diese Emotion bezeichnet Nussbaum als „Angst“. Zugleich sei dieser Zustand dadurch gekennzeichnet, dass das Kind ganz allein auf sich und das eigene Befinden fokussiert ist. „Angst ist das Gefühl eines absoluten Monarchen“ (50).

Kleinkinder würden ihre Angst überwinden – so Nussbaum –, wenn sie allmählich die „Fähigkeit zur Anteilnahme“ (55) entwickeln, d. h. das Gegenüber als eigenständige Person zu unterscheiden und Bindungssicherheit gewinnen. Dabei habe dieses Gefühl der Angst nicht nur einen bedeutsamen Einfluss auf das tägliche Leben eines Babys, sondern behalte „ihre mächtige archaische Struktur bis in das Erwachsenenalter hinein bei“ (290). Diese Prägung werde sogar noch verstärkt, wenn ein Bewusstsein für die eigene Sterblichkeit eintrete (61). Besonders wenn bestimmte äußere Umstände hinzukämen, die neu und ungewohnt seien, breite sich das Gefühl der ängstigen Welt wieder im Menschen aus.

Zusammenfassend versteht die Autorin Angst im Anschluss an Aristoteles (Rhetorik II, 5, 138a21–25) als „Schmerz angesichts der Abwesenheit einer scheinbar bevorstehenden schlechten Sache, kombiniert mit dem Gefühl, dass man keine Macht hat, sie abzuwenden“ (44).

Damit identifiziert Nussbaum zwar Angst als eine Emotion, doch nimmt sie nicht den Aspekt der starken subjektiven Gefühle in die Angstdefinition auf. Das tut sie einerseits nicht, weil Menschen „Angst“ ganz unterschiedlich ausdrücken, andererseits aber auch, da Menschen von Angst bestimmt sein können, ohne dies bewusst zu empfinden, denn Angst lauere bisweilen unter der Oberfläche des menschlichen Bewusstseins (45).

Angst wird dabei nicht als ein Gefühl aufgefasst, das man unterdrücken sollte, da sie zu vielen sehr sinnvollen und lebensnotwendigen Entscheidungen führen kann (23 f.). Sie bewahre den Menschen z. B. davor, sich leichtfertig in gefährliche Situationen zu begeben oder Sorge dafür, gute Sicherheitsstandards einzurichten. Trotzdem könne aber Angst zum Problem werden: *Für den Einzelnen* kann Angst zum Problem werden, da sich ängstigende Menschen angesichts einer Bedrohung verletzlich und hilfloser fühlen können, als sie es in Wirklichkeit sein müssten (68). Zudem kann Angst zu voreiligen und unüber-

legten Handlungen anstiften. Denn „Angst ist oft schneller als das sorgfältige Nachdenken“ (24). Damit hängt ferner zusammen, dass jemand von Angst so gelähmt werden kann, dass er oder sie nicht handelt und von den wirklichen Problemen abgehalten wird (240).

Aus dieser Angst des Einzelnen kann schnell *ein Problem für die gesamte Gesellschaft* werden – und zwar insbesondere für demokratische Gesellschaften. In einer Diktatur sei es Nussbaum zufolge nicht unbedingt von Bedeutung, ob die Staatsbürger sich ängstigen würden; denn sie hätten sich primär dem Willen des Herrschenden unterzuordnen. Eine Demokratie lebe hingegen von Kooperation und davon, dass sich jede und jeder auf Augenhöhe einbringen könne und in einem Vertrauen aufeinander klug abgewogene und gemeinsam getragene Entscheidungen getroffen würden (25).

Darüber hinaus sieht Nussbaum Angst auch als Wurzelgrund und Nährboden für weitere problematische Emotionen an. Dazu gehören Zorn (86–121), Ekel (122–162) und Neid (163–195). Ausführlich entfaltet sie in je eigenen Kapiteln, wie diese Emotionen in Kombination mit der Angst destabilisierende Faktoren für die Gesellschaft darstellen können.

Nun könnte kritisch angefügt werden, dass Angst zwar eine Herausforderung sein mag, dass aber die eigentlichen Schwierigkeiten und Herausforderungen in den gesellschaftlichen und staatlichen Strukturen liegen. Die Emotion Neid müsste z. B. ausgeräumt werden, indem gerechte Verhältnisse geschaffen werden, die niemanden benachteiligen. Nussbaum erachtet den Wert dieser „strukturellen Lösungen“ (27) von kaum zu überschätzender Bedeutung und als zwingend erforderliche Voraussetzungen für ein gutes Gemeinwesen. Sie möchte aber dringend ins Bewusstsein rufen, dass Angst und die daraus hervorgehenden Emotionen immer „etwas“ sind, das auf einer grundsätzlicheren Ebene den Einzelnen und eine Gesellschaft blockieren und lähmen können. Diese Auffassung erinnert ein wenig an den vielzitierten Satz von Ernst-Wolfgang Böckenförde, wonach der freiheitliche, säkularisierte Staat von Voraussetzungen lebt, die er selbst nicht zu garantieren vermag.<sup>3</sup> Mit den Worten von Nussbaum hört sich das so an: „Gesetze lassen sich nicht ohne die Herzen und Köpfe der Menschen in Kraft setzen oder aufrechterhalten“ (28).

## 2. Auswege aus dem Angstdilemma

Martha Nussbaum zeigt besonders am Ende ihres Buches Auswege oder Strategien aus dem Angst-Dilemma auf. Als „Kehrseite der Angst“ (246) nennt sie die Hoffnung. Hoffnung und Angst liegen – so Nussbaum – je die gleiche Struktur zugrunde: Beide Haltungen seien ausgerichtet auf die Zukunft; bei beidem bestehe ein ungewisser Ausgang, der nicht im eigenen Handlungsspielraum liege. Während die Angst primär einen bevorstehenden schlechten Ausgang fokussiere, habe die Hoffnung das gute Ende im Blick. „Hoffnung dehnt sich aus und schreitet nach vorn, die Angst schreckt zurück. Hoffnung ist verletzlich, Angst schützt sich selbst.“ (246)

---

<sup>3</sup> Vgl. *Ernst-Wolfgang Böckenförde*, Staat, Gesellschaft, Freiheit. Studien zu Staatstheorie und zum Verfassungsrecht, Frankfurt a. M. 1976, 60.

Der Autorin ist es wichtig zu betonen, dass diese Hoffnung jeweils auf etwas ausgerichtet ist: Denn die Hoffnung selbst sei, wie sie sagt, „neutral“. Auch Kriminelle seien bisweilen hoffnungsvolle Visionäre und alles andere als ängstlich und müde (245). Implizit geht sie davon aus, dass der Hoffnung eine Idee des Guten zugrunde liege. Deswegen benennt sie auch Glaube und Liebe als „Schwestern der Hoffnung“ (248), die ihr zur Seite gestellt werden müssen. Auch wenn sie das nicht ausführlicher mit einer christlichen Begründung unterfüttert, da dieser offene Bezug auch eine Universalisierbarkeit gewährleistet, sind die christlichen Anleihen unverkennbar (vgl. 1 Kor 13,13).

Wichtiger als abstrakte Ideen und inhaltliche Vorgaben, sind der Verfasserin daher konkrete Realisierungen von Hoffnung im Alltag. So nennt sie konkrete Schulen und Praktiken der Hoffnung (257–281). Dazu zählen u. a.:

- der Bereich der Künste, wie Musik und Dichtung;
- die Praxis des Dialogs und des Zuhörens („Geist des Sokrates“);
- „Protestbewegungen“;
- „Theorien der Gerechtigkeit“;
- „Visionen der Gerechtigkeit“.

Zudem nennt Nussbaum auch den praktischen Vorschlag einer „nationalen Dienstpflicht“, wo Jugendliche und junge Erwachsene sich einige Monate in einem sozialen oder kulturellen Bereich engagieren. Als Vorbild dafür bringt sie das deutsche System des Zivildiensts vor dem Jahr 2011 zur Sprache (vgl. 280).

Mit diesen Beispielen tritt bereits die Bedeutung von Religion in den Blick: Immer wieder benennt Nussbaum Kirchen- und Synagogengemeinden als Austragungsorte, wo diese Praktiken stattfinden können – z. B. als Diskussionsveranstaltungen oder Formate von Kunst (234).

Religion und religiöse Gruppierungen können aber Nussbaum zufolge nicht nur als Plattformen für diese „Praktiken der Hoffnung“ eine bedeutsame Rolle einnehmen, sondern auch aufgrund einiger Charakteristika: Religion vermag dem Menschen nicht nur eine himmlische Hoffnung, sondern auch eine „Hoffnung für das diesseitige gemeinschaftliche Leben der Menschen“ (268) zu geben – wie Nussbaum leider nur auf wenigen Seiten ausführt (268–271). Das geschehe zum einen aufgrund der Gemeinschaftsdimension von Religion, denn es sei einfacher, in einer Gruppe von Gleichgesinnten eine Haltung wie Hoffnung zu leben und zu kultivieren als nur für sich allein (270). Zum anderen würden die religiösen Riten die Möglichkeit bieten, Hoffnung auf rituellen Pfaden einen Ausdruck zu geben (270). Schließlich beinhalte Religion nicht nur eine rationale, sondern auch eine emotionale Komponente, die sich für die konkrete Umsetzung im Alltag oft als bedeutsamer Faktor erweise (269).

Unerheblich ist nach Nussbaum allerdings, welchen Inhalt eine Religion oder Konfession aufweist. Als allein bedeutsam benennt sie die Funktion, Hoffnung zu stiften – für den Einzelnen und für die gesamte Gesellschaft. Religion steht so in einer Reihe mit vielen anderen Praktiken der Angst entgegenzutreten.

### 3. Gläubige Angstüberwindung nach Eugen Biser

Nussbaums Grundanliegen ist es darauf hinzuweisen, dass Lösungen zu gegenwärtigen Herausforderungen nicht ausschließlich in den realen Nöten und den realen Schwierigkeiten zu suchen sind, sondern dass auch Emotionen wie Angst das Denken und die innere Haltung eines Menschen – und folglich auch das eines Gemeinwesens – grundlegend negativ zu beherrschen vermögen. Daher erscheint es dringend geboten, diesen Emotionen auf den Grund zu gehen.

So zutreffend Nussbaums Diagnose sein mag, so kritisierbar sind die vorgeschlagenen Therapiemöglichkeiten. Die angeführten Praktiken der Hoffnung erscheinen zwar als sinnvolle Methoden und Strategien, der Angst entgegenzutreten. Es stellt sich jedoch die Frage, ob die innerste Lebensangst tatsächlich damit bewältigt werden kann oder ob Religion nicht noch eine tiefere Möglichkeit bietet, ein letztes Grundvertrauen im Menschen herzustellen.

Theologen wie Hans-Urs von Balthasar oder Eugen Biser riefen das Thema der gläubigen Angstüberwindung in Erinnerung.<sup>4</sup> Eugen Biser (1918–2014) macht analog zu Nussbaum ein ganzes Panorama von Ängsten beim heutigen Menschen ausfindig, die ihn existentiell blockieren und von seinen Möglichkeiten des Menschseins abhalten.<sup>5</sup> Als Gegenseite der Angst bestimmt Biser den Glauben. Was auf den ersten Blick in die gleiche Richtung wie Nussbaums Gegenstrategien zur Angstüberwindung geht, wird bei Biser nicht nur mit einem Inhalt, sondern mit einer Person gefüllt und dadurch gläubig-existentiell vertieft: Denn gegen die Angst gibt es im letzten Sinn trotz aller therapeutischen Bemühungen keine wirksame „Praktik der Hoffnung“. Mit Biser gesprochen: „Zwar ist ihr kein Kraut gewachsen, umso mehr aber das Kreuz.“<sup>6</sup> Das Christentum sei die Religion der Angstüberwindung, da es die Religion der Todüberwindung sei: „Eine Religion, die es wie die christliche aufgrund des Auferstehungsglaubens mit dem Tod aufgenommen hat, muß sich deshalb auch als die der Angstüberwindung erweisen und so ihre aktuellste Bewährungsprobe bestehen.“<sup>7</sup> Nicht irgendeine methodische Hilfestellung biete das Christentum gegenüber der Angst, sondern der Stifter selbst sei der Schlüssel: „Der Helfer ist die Hilfe“ ruft Biser in Anschluss an Sören Kierkegaard ins Gedächtnis.<sup>8</sup> Jesus Christus ist nicht bloß eine prophetische Gestalt der Vergangenheit, sondern durch seine Auferstehung lebt er gegenwärtig fort in den Herzen der Gläubigen. In der ursprünglichen Beziehung zum „inwendigen Lehrer“<sup>9</sup> könne Angst daher nicht nur irgendwie ruhiggestellt und besänftigt, sondern in letzter Konsequenz überwunden werden.

<sup>4</sup> Vgl. *Peter Schütz*, *Mysterium tremendum. Zum Verhältnis von Angst und Religion bei Rudolf Otto*, Tübingen 2016, 70; siehe auch: *Eckhard Frick*, *Ist das Christentum eine Religion der Angstüberwindung? Anthropologische und psychoanalytische Überlegungen zu Eugen Bisers zentraler These*, in: Georg Sans (Hg.): *Gottesbilder. Eugen Biser als theologischer Grenzgänger*, Freiburg – Basel – Wien 2017, 131–150.

<sup>5</sup> Vgl. *Eugen Biser*, *Das Christentum als Religion der Angstüberwindung*, in: Erwin Möde (Hg.), *Leben zwischen Hoffnung und Angst. Interdisziplinäre Angstforschung*, Regensburg 2000, 163–195.

<sup>6</sup> *Biser*, *Das Christentum als Religion der Angstüberwindung* (wie Anm. 5), 170.

<sup>7</sup> *Eugen Biser*, *Christomathie. Eine Neulektüre des Evangeliums. Mit einer Einführung von Martin Thurner*, Darmstadt 2018, 103.

<sup>8</sup> Vgl. *Biser*, *Christomathie* (wie Anm. 7), 140.

<sup>9</sup> *Eugen Biser*, *Der inwendige Lehrer. Der Weg zur Selbstfindung und Heilung*, München 1994.

Angstüberwindung ist demnach ein nur in der Person des Auferstandenen möglicher und ein vom Geist Gottes erschlossener Weg. Angstüberwindung stellt daher auch ein Alleinstellungsmerkmal im Vergleich zu allen anderen Religionen dar.<sup>10</sup>

Die Anforderungen dazu sind nicht gering: Erforderlich ist genau genommen eine Einübung in eine mystische Lebensform, die nach Biser in der Gotteskindschaft besteht, so dass der Glaubende mit Paulus sagen kann: „Nicht mehr ich lebe, sondern Christus lebt in mir“ (Gal 2,20).<sup>11</sup> Erst dadurch erwacht der Mensch zur wahren Freiheit und zu seiner vollen Identität. Gläubige Angstüberwindung meint bei Biser mystische Angstüberwindung. Wenn Nussbaum Recht hat und Angst tatsächlich eine so große Rolle für die Menschen in der Gegenwart spielt, – was wäre demgegenüber dann hoffnungsvoller und aktueller als die „Religion der Angstüberwindung und Befreiung“<sup>12</sup>?

---

<sup>10</sup> Vgl. Biser, *Das Christentum als Religion der Angstüberwindung* (wie Anm. 5), 181.

<sup>11</sup> Vgl. Biser, *Christomathie* (wie Anm. 7), 287.

<sup>12</sup> Biser, *Christomathie* (wie Anm. 7), 318.