

1 Definitiorische Vorbemerkungen zu Religion, Glauben und Spiritualität

Die Welt des religiösen Glaubens und der Weltanschauungen, der religiösen Gemeinschaften und Kirchen, der Religiosität und Spiritualität, der Sekten und des Aberglaubens ist vielgestaltig und facettenreich. Zur Vermeidung grober Missverständnisse erscheinen einige definitiorische Vorbemerkungen, wie die Begriffe in diesem Buch verwandt werden, unverzichtbar. Einleitend geht es um die Abgrenzung der Begriffe Religion, religiöser Glauben, Religiosität und Spiritualität. Es ist von Bedeutung, dass es eine allgemeinverbindliche Definition von »Religion« seitens der Religionen selbst und auch seitens der unterschiedlichen wissenschaftlichen Disziplinen nicht gibt; das macht deutlich, dass es bei der Religion und verwandten Begriffen um einen standpunkt- und kontextabhängig unterschiedlichen Verständigungsprozess und um Deutungen geht. Gut geeignet für eine in diesem Buch oft vergleichende resp. übergreifende Sicht der Religion resp. der Religionen erscheint die Definition von Peter Antes, dem langjährigen Präsidenten der International Association for the History of Religions. Antes begleitet den Berliner »Arbeitskreis Religion & Psychiatrie« seit erster Tagung in 2006. In seiner Definition von Religion weist Antes auf die Provenienz seiner aus dem christlich geprägten Kulturkreis hin und schreibt: Religion sei »seit der Aufklärungszeit eine übliche Bezeichnung für Weltanschauungen [...], die verschiedene Dimensionen umfassen« (Lexikon des Dialogs 2016, S. 367). Es geht – so Antes – um

- a. »eine kognitive (z. B. Vorstellungen vom Universum und von der Welt, Wertesystem, Glauben an die Existenz des *Übernatürlichen*),
- b. eine affektive oder emotionale (d. h. religiöse Gefühle, Einstellungen und Erfahrungen),
- c. eine instinktive oder verhaltensmäßige (z. B. Riten und soziale Bräuche wie Opfer, Gebete, Zaubersprüche, Anrufungen),
- d. eine soziale (z. B. Existenz einer Gruppe) und
- e. eine kulturelle (z. B. Abhängigkeit der Religion von Zeit und Raum, von dem ökologischen, sozialen und kulturellen Umfeld)« (ebd., S. 367, Hervorhebung im Original).

Die von Prof. Mehmet Kalayci (Islamisch-theologische Fakultät der Universität Ankara) in dem schon genannten Lexikon des Dialogs gegebene Definition von *din* (Religion) greift konkret auf Korantexte zurück; Kalayci schreibt: »Gott hat die Religion (din), auf die hin der Mensch von Natur aus angelegt ist [...], in vollendeter Form geoffenbart [...] und dabei den Gläubigen weder unlösbare Aufgaben noch Zwang auferlegt [...]« (ebd., S. 368, Hervorhebung im Original). *Din* wird abgegrenzt von den *Scharias*, die die praktische Umsetzung der grundlegenden metaphysisch-ethischen und unveränderbaren Prinzipien von *din* in je

Gemeinschaft unterschiedlicher und veränderbarer Weise vorgeben (vgl. ebd., S. 368–369).

Die hier deutlich werdende starke Kontextabhängigkeit der Definitionen gilt grundsätzlich auch für das Selbstverständnis anderer Religionen. Dies ist ebenso für den Begriff »Glauben« zu berücksichtigen. Darauf weist der Berliner Religionswissenschaftler Hartmut Zinser kritisch hin, »wenn wir außereuropäische nichtchristliche Religionen Glauben nennen, auch wenn in diesen von Glauben nicht die Rede ist, sie sich selber vielmehr als Einsicht in Wahrheiten (Buddhismus) oder als Erfüllung der Pflichten gegenüber den Göttern (römische Religion) oder als Unterwerfung unter Gottes Willen (Islam) ansehen« (Zinser 2000, S. 5).

Aufgrund unterschiedlicher Definitionen bestehen anhaltend unterschiedliche Auffassungen, welcher Bewegung, welchem geschichtlichen, gesellschaftlichen Phänomen überhaupt die Zuschreibung »Religion« zugestanden wird; markantestes Beispiel ist wohl der Konfuzianismus, der ohne Gottesvorstellung und ohne Jenseits auskommt. Unter dem nicht nur ökonomisch wichtigen Aspekt der rechtlichen Stellung und staatlicher Privilegien religiöser und weltanschaulicher Gemeinschaften ist in Deutschland die staatliche Anerkennung der Bezeichnung »Religionsgemeinschaft« auf Antrag (also entsprechend der Selbsteinschätzung) hin bedeutsam; Voraussetzung einer Anerkennung ist u. a., dass Kriterien wie »Einheit des Bekenntnisses«, »geistiger Gehalt«, »Gefügtheit« u. ä. erfüllt sind (vgl. hierzu Rademacher 2003, S. 603 ff.). Das ist nicht ganz konfliktfrei, da die grundgesetzlich garantierte Religionsfreiheit eine inhaltliche Prüfung ja untersagt, worauf hier nur hingewiesen sei.

»Der religiöse Glaube« dient diesem Buch als Titelgeber auch als inhaltliche Ausrichtung, da er auf den persönlichen Glauben als psychologisches Phänomen fokussiert. Er korrespondiert mit der formalen oder auch nur inneren Zugehörigkeit zu einer Religion in der oben wiedergegebenen Definition von Antes. Unterschieden wird, wie in ► Kap. 8 näher ausgeführt, u. a. zwischen dem persönlichen und dem kollektiven religiösen Glauben.

Spiritualität, früher im Christentum oftmals als »Frömmigkeit«, im Islam und anderen Religionen u. a. auch als »Geistigkeit« verstanden, hat seine Herkunft nicht nur in den traditionellen großen Religionen, sondern auch in vielen religiösen Bewegungen der letzten Jahrzehnte. So wird Spiritualität von esoterischen Spezialanschauungen als Inhalt in Anspruch genommen wie der Begriff auch als Marketingprodukt auf dem Sinnggebungsmarkt fungiert. Eine humanistische Spiritualität ohne Transzendenzbezug, die z. B. der Dalai Lama vertritt (mit grundlegenden menschlichen Werten wie Güte, Freundlichkeit, Mitgefühl und der liebevollen Zuwendung) sowie eine säkularisierte Spiritualität wie sie der Philosoph Thomas Metzinger mit seinem Konzept von »Spiritualität und intellektuelle Redlichkeit« (Metzinger 2014) propagiert, erweitern den Begriff hin zu einem Sammelbegriff, dessen Aussage zunehmend unspezifisch erscheint.

Andererseits hat der Begriff mit diesem sehr weit gefassten Verständnis aber Eingang auch in Resolutionen der Weltgesundheitsorganisation gefunden. »Für die Weltgesundheitsorganisation (WHO 1998) ist dagegen jeder Mensch spirituell, weil er sich spätestens angesichts des Todes existenziellen Fragen stellen

muss. [...] Heute wird das Konzept Spiritualität weltweit als wichtiger Faktor für gesundheitliches Wohlbefinden angesehen und dient als anthropologische Kategorie, um die existenzielle Lebenshaltung insbesondere in Grenzsituationen zu beschreiben. Spiritualität kann als die Bezogenheit auf ein größeres Ganzes definiert werden, die inhaltlich entweder religiös (›Gott‹), spirituell (›Energie‹) oder säkular (›Natur‹) gefüllt wird« (Utsch 2020a, S. 53). Dieses Verständnis korrespondiert mit einem Statement von Albert Einstein zur Religiosität, was nun wiederum die begrifflichen Überschneidungen spiegelt, aber inhaltlich ob der poetischen Dimension dieses Genies der Naturwissenschaft zitiert sei: »Das Schönste und Tiefste, was der Mensch erleben kann, ist das Gefühl des Geheimnisvollen. Es liegt der Religion sowie allem tieferen Streben in Kunst und Wissenschaft zugrunde. Wer dies nicht erlebt hat, erscheint mir, wenn nicht wie ein Toter, so doch wie ein Blinder. Zu empfinden, dass hinter dem Erlebbaren ein für unseren Geist Unerreichbares verborgen sei, dessen Schönheit und Erhabenheit uns nur mittelbar und in schwachem Widerschein erreicht, das ist Religiosität. In diesem Sinne bin ich religiös« (Einstein 1932).

Die beschriebene Unschärfe der Definitionen und ausdrückliche Kontextbindung kann nicht als Spezifikum des religiösen Bereichs angesehen werden; offenkundig ist sie auch als Ausdruck kategorial eben nicht unumstößlich präzise erfassbarer Phänomene der existenziell-essenziellen Wirklichkeit des Menschen anzusehen. So sollte sie nicht als Unzulänglichkeit oder gar Fehler missinterpretiert werden; bei allem wichtigen Bemühen um präzise Sachverhaltsbeschreibungen sollte das Verständnis von Unschärfe gerade als Ausdruck adäquater und souveräner Situationserfassung angesehen werden. Auch im Psycho-Bereich geht es nicht viel anders, wenn man auf die unterschiedlichen Verstehenskonzepte der Psychotherapie mit kaum noch vollständig erfassbarer Differenzierung der verschiedenen Psychotherapierichtungen wie auch der Psychiatrie und Psychosomatik mit ihren unterschiedlichen Blickwinkeln (biologisch, sozial, ethnologisch, kulturell, neurobiologisch, somatopsychisch u. a. m.) schaut. Auf die unterschiedlichen Standpunkte aus psychotherapeutischer und psychiatrischer Perspektive und die Konzeptunterschiede der unterschiedlichen psychotherapeutischen Schulen wird nicht explizit eingegangen; sie werden vielmehr als sich in ihren Perspektiven ergänzend und weniger als konkurrierend verstanden.

2 Überlegungen zur Entstehung religiösen Glaubens

2.1 *Primus in orbe deos fecit timor*

Die Frage nach dem Anfang, dem Ursprung und der frühesten Entwicklung von Religion ist wie die Frage nach der Entstehung (der »Schaffung«), dem Anfang und der frühen Entwicklung der ersten Menschen unverändert herausfordernd und hochspannend. »Tief ist der Brunnen der Vergangenheit. Sollte man ihn nicht unergründlich nennen?« so beginnt Thomas Mann seine berühmte Tetralogie »Joseph und seine Brüder« und nennt sein Vorspiel mit dem Abriss babylonischer, ägyptischer und biblischer Geschichte »Höllenfahrt«. Seine erklärte Absicht: »im Geist der Ironie das Wesen des Menschen in seinen mythischen Anfängen zu erkunden« (Mann 1954, S. 5). Es sind die großen Mythen der Menschheit, die sich – zumeist verknüpft mit der Entstehung der Welt und des Menschen – auch mit der Entstehung der Religionen befassen. Gründungsmythen haben über alle Zeit hinweg als sinnstiftende, das Menschheitswissen komprimierende und transportierende Erzählungen gesellschaftlich eine nicht zu ersetzende Bedeutung und behaupten ihre Wirkmächtigkeit in den unterschiedlichen Kulturen und Erdteilen bis heute.

Hier geht es erstmal um einige historische Fakten; denn der Nebel um den Auftritt des Homo sapiens vor gerademal ca. 200.000, nach neuesten Funden und Einschätzungen 300.000 Jahren (Djebel Irhoud, Marokko) in unserem viele Milliarden Jahre alten Kosmos beginnt sich seit etwa 200 Jahren zu lichten. Mit Charles Darwins Evolutionslehre über die Entstehung der Arten im 19. Jahrhundert und der nachfolgenden u. a. molekulargenetischen Forschung des 20./21. Jahrhunderts kann wissenschaftlich bekanntermaßen heute nicht mehr bestritten werden: Im Zusammenspiel mit umweltinduzierten Selektionsprozessen vergrößerte sich das Gehirn unserer affenähnlichen Vorfahren über Millionen von Jahren bis hin zur Fähigkeit des aufrechten Ganges (»homo erectus«). Mit der immer differenzierteren Nutzung der Hände wie auch der Ausbildung eines differenzierten Kommunikationsorgans, des Kehlkopfs, zeigte sich – nach weiteren Entwicklungsstufen – schließlich in Afrika »Homo sapiens«, der wissende Mensch. Nicht wenige Details der Entwicklung sind weiter Gegenstand wissenschaftlicher Forschung und Diskussion. Belegt ist ein migrantischer Grundzug des Homo sapiens, wenngleich er später sesshaft wurde. Allein die Schnelligkeit seiner Besiedlung der aus afrikanischer Sicht restlichen Welt ist beeindruckend. Diese ersten Wanderungsbewegungen der modernen Menschen von Afrika nach Europa und Asien, später dann auch in alle weiteren Kontinente, sind mittlerweile relativ klar, da sie durch

genetische Marker im Y-Chromosom heute lebender Menschen rekonstruiert werden können.

Menschheitsgeschichtlich ist davon auszugehen, dass gemeinsame Vorstellungen von der eigenen Person, dessen Lauf von Geburt bis zum Tod sowie von der Belebtheit der umgebenden Welt und damit verknüpfter Bedeutungskonstruktionen an zumindest basale Formen sprachlicher Verständigung und an soziale Strukturen gebunden waren. Überhaupt ist die Entstehung religiöser Vorstellungen und kultischer Handlungen nur als ein soziales und nicht individuelles Phänomen denkbar. Dies gilt für die Bedeutungssetzung wie natürlich die sich daraus ergebenden frühen gemeinschaftlichen Handlungsweisen wie z. B. Bestattungen. Diese liegen zeitlich zwischen 120.000 v. u. Z. und 37.000 v. u. Z. und werden als die ältesten bekannten, kultisch-religiös motivierten Handlungen zusammengefasst. Die Erforschung des sozialen, kulturellen Lebens der frühen Menschen beruht vor allem auf klassisch archäologischen Funden, die mit modernster, vor allem radiologischer Technik auf Alter, Herstellungsmodus, (Ab-)Nutzung untersucht werden. Auch tragen entwicklungspsychologische, kognitionswissenschaftliche oder auch neurobiologische Forschungen zu immer komplexer werdenden Vorstellungen von der Entwicklung der Religion bei. Simple Analogieschlüsse aufgrund von Vergleichen mit heutigen Naturreligionen bzw. ethnischen Religionen, die zuvor aufgrund ihrer angeblichen »Primitivität« lange für die ältesten Formen von Religion gehalten wurden, werden heute von den meisten Religionswissenschaftlern abgelehnt; diese schriftlosen Religionen sind aufgrund der nicht vorhandenen Dogmen und ihrer großen Anpassungsfähigkeit allesamt jünger als Schrift-Religionen. Andererseits gehen jede Befundinterpretation und spekulative Theorieformulierung auch von der motivationalen, emotional-affektiven wie kognitiven Gegebenheit aus, wie wir sie heute bei uns Menschen in den unterschiedlichen sozial-kulturellen Kontexten anfinden. Allerdings fehlen für diesen frühen Prozess der Menschheitsgeschichte die theoriebelegenden Texte.

Mit dieser Einschränkung erscheint die Feststellung, dass mit verfeinerten Bestattungsformen in der jüngeren Altsteinzeit (ca. 40.000–11.500 v. u. Z.) erste Jenseitsvorstellungen verknüpft sind, relativ belastbar, wie auch die in dieser Zeit entstandenen Höhlenmalereien (Funde bis dato vor allem in Südfrankreich, Nord-Spanien sowie Indonesien, Australien, auch Afrika) religiöse Interpretationen zulassen. Dies gilt auch für die Skulpturen; sehr häufig sind Frauenskulpturen, die Interpretationen als (Mutter-)Göttinnen und als Symbole von Fruchtbarkeit und des Kreislaufs des Lebens gefunden haben. Zu den komplexen Diskussionen in der Religionswissenschaft inkl. der unterschiedlichen Interpretationsmodelle vorliegender Befunde sei verwiesen auf die ausführliche interdisziplinäre Darstellung »Götter, Gene, Genesis« (Wunn et al. 2015). Als eine zentrale Botschaft unterstreichen die Autoren, dass »die Religionsentwicklung durch das Paradox gekennzeichnet ist, dass ihr Verhaltensmuster zugrunde liegen, die verhaltensbiologisch teils sehr viel älter sind als der Mensch« (ebd., S. VII). Sie führen u. a. die Verteidigung des eigenen Territoriums als Lebensgrundlage an. Die Allgegenwärtigkeit des Todes und eine bedrohliche Umwelt sind zudem der Hintergrund für die »kulturgenerierende Bedeutung von Angst und Angstbewältigung« (ebd., S. 22). Sie verweisen auf die »Notwendigkeit existentielle Ängste

zu bewältigen, als Motor für die Entstehung von Religion« (ebd. S.26) und zitieren den berühmten Ethnologen Bronislaw Malinowski (1884–1942): »Von allen Ursprüngen der Religion ist das letzte Grundereignis – der Tod – von größter Wichtigkeit« (ebd., S.26). Bereits 1988 wies der Religionswissenschaftler Hartmut Zinser auf die religionspsychologisch viel zu wenig berücksichtigte »bereits in der Antike bekannte Überlegung, *primus in orbe deos fecit timor*¹« (Zinser 1988, S.105) hin, die ja auf Psychisches verweist, »indem in dieser Überlegung die Angst, sowohl de facto die Angsterzeugung, als auch das Versprechen der Angstbewältigung ins Zentrum der Religion gerückt ist« (ebd., S. 105).

2.2 Entstehung und Bedeutung des Ritus – der sakrale Komplex I

Angst und Angstbewältigung stehen auch am Beginn der Entwicklung ritueller Handlungen und den damit korrespondierenden Narrativen, den Mythen. Die Fülle der Literatur zu diesem Thema ist geradezu unübersehbar. Aufgrund seiner umfassenden und in seinen Schlussfolgerungen für einen Psychiater/Psychotherapeuten der Praxis gut nachvollziehbaren kulturgeschichtlichen Analyse wird nachfolgend immer wieder auf das zweibändige große Alterswerk Jürgen Habermas' »Auch eine Geschichte der Philosophie« Bezug genommen; Habermas bezieht sich mit seinem klaren philosophisch-kulturanthropologischen Anspruch häufig auf Karl Jaspers und setzt sich mit seinen Thesen kritisch auseinander. Im 1. Band »Die okzidentale Konstellation von Glauben und Wissen« seines grundlegenden Werkes (Habermas 2019) hat er umfänglich die »sakralen Wurzeln« und die prähistorischen Weltbilder und den »Weg zur achsenzeitlichen Transformation des religiösen Bewusstseins« (ebd., S. 175–306) untersucht; von ihm stammt auch der Begriff des sakralen Komplexes. Habermas fragt, worin das »exclusiv Eigene der Religion« besteht (ebd., S. 189), und konstatiert: »Das nachmetaphysische Denken neigt dazu, das der Religion eigentümliche, für ein religiöses Weltverständnis konstitutive Moment zu verfehlen, solange es nur die kognitiven Strukturen in den Blick nimmt [...]. Diesem Blick entgleitet der sakrale Komplex, der sich keineswegs nur aus [...] Lehrinhalten zusammensetzt, sondern eben auch aus dem gemeinschaftlichen rituellen Vollzug der existenziell gelebten Glaubensinhalte« (ebd., S. 192).

Dem Ritus schreibt Habermas einen »nachvollziehbaren intrinsischen Sinn« für die beteiligten Gläubigen zu, »ganz unabhängig davon, welche Funktion ihm aus Beobachterperspektive zugeschrieben werden kann« (ebd., S. 192). Er nimmt eine »Durkheim'sche Beobachtung, dass alle bekannten Kulturen unmissverständ-

1 Übersetzung des von Papinius Statius (40–96 n. u. Z.) dem Petronius zugeschriebenen Originals: Furcht hat als erste in der Welt die Götter gemacht

lich zwischen sakralen und profanen Handlungsweisen und entsprechenden Lebensbereichen unterscheiden« (ebd., S. 194) auf und formuliert als Entstehungshintergrund die Hypothese, dass, »wenn das gesellschaftliche Kollektiv durch unerwartet unbeherrschbare Umstände in Krisen stürzt oder der Einzelne an Bruchstellen des Lebenszyklus aus dem Gleichgewicht gerät«, er auch ggf. »rettende Prozesse« erfahren kann (ebd., S. 196 f.). »Beide Elemente, die ohnmächtige (!) Erfahrung der rettenden (!) Befreiung aus einer vernichtenden (!) Gefahr spiegeln sich im ambivalenten, gleichermaßen von Schrecken wie Ehrfurcht geprägten Modus des Umgangs mit sakralen Gewalten« (ebd., S. 197). Hier setzt nach Habermas der »Glauben an das Walten sakraler, die jeweils eigenen menschlichen Kräfte transzendierender Mächte« ein (ebd., S. 198). Der zur Abwehr der Bedrohung und Erzielung von Rettung gebildete Ritus, die kultische Handlung, fördert Abstand zur Bedrohung und dient mit der praktischen Handlung »die verlorene Fassung zurückzugewinnen« (ebd., S. 198). So gesehen basiert die religiöse Sinngebung auf dem Bewusstsein der »Befristung« unserer Lebenszeit und der »Erschöpfbarkeit« der physischen, materiellen und kulturellen Lebensressourcen. Somit ist die Erschütterbarkeit (früh-)menschlichen Lebens der zentrale Erfahrungshintergrund, der affektiv vor allem mit Angst verbunden ist. Der Ritus entwickelt sich im stufenlosen Lernprozess der frühen Menschen und hat – unabhängig auch von begleitender Narration – einen den Zusammenhalt der Gruppe stärkenden Einfluss.

Nicht erst die moderne Psychologie weiß: Angst gehört zum Leben eines jeden Menschen. Mechanische Angstlosigkeit galt schon Aristoteles als Tumbheit. Heute wird Angstlosigkeit psychopathologisch als Unfähigkeit zu situationsadäquater Emotionsgenerierung verstanden; andererseits ist Angst über explizit klassifizierte Angststörungen hinaus auch wesentliches Begleitsymptom fast aller psychischen Erkrankungen. Angst zählt neben Freude, Liebe, Trauer, Wut, Schuld, Scham zu den Grundgefühlen, die den Menschen sein gesamtes Leben hindurch begleiten. Angst ist eine elementare Emotion des menschlichen Organismus, die in ihrer psychovegetativen, psychosomatischen und psychomotorischen Erregungsdynamik als eine anthropologische Grundgegebenheit verstanden werden kann. Kampf- und Fluchtreflexe, auch Erstarrung erscheinen als die basalen Reaktionsweisen; die gemeinsame Angstabwehr gegen äußere Bedrohung gilt noch heute als gesellschaftliche Maxime und verlängert kulturell in mannigfacher Ausprägung eine der frühesten Sozialhandlungen des Menschen. Die Lebenswirklichkeit des heutigen im Gegensatz zu früher mehr als doppelt so alt werdenden Menschen, ist – vor allem im seit Jahrzehnten erstmals in Frieden lebenden Mitteleuropa – weitaus weniger Alltagsbedrohungen ausgesetzt als es unsere frühen Vorfahren waren. Dass dennoch Angststörungen in den heutigen, zunehmend individualisierten Gesellschaften zu den häufigsten psychischen Störungen/Erkrankungen überhaupt gehören, ist ein wichtiges Thema der Psychiatrie und Psychotherapie.

Mit der skizzierten Bedeutung der Angst in heutiger Zeit korrespondiert, dass Fritz Riemanns tiefenpsychologische Studie von 1961 »Grundformen der Angst« wohl zu den meist gelesenen psychologischen Fachbüchern der vergangenen Jahrzehnte in nunmehr 45. Auflage zählt. Er schreibt in seiner Einleitung: »Es

bleibt wohl eine unserer Illusionen zu glauben, ein Leben ohne Angst leben zu können; sie gehört zu unserer Existenz und ist eine Spiegelung unserer Abhängigkeiten und des Wissens um unsere Sterblichkeit. Wir können nur versuchen, Gegenkräfte gegen sie zu entwickeln: Mut, Vertrauen, Erkenntnis, Macht, Hoffnung, Demut, Glaube und Liebe. Diese können uns helfen, Angst anzunehmen, uns mit ihr auseinander zu setzen, sie immer neu zu besiegen« (Riemann 1978, S.7). Ein luzides Update des Riemann'schen Konzepts mit präziser Beschreibung der evolutionsbiologischen (überlebenswichtigen) Voraussetzungen und der heute gut belegbaren neurobiologischen Prozesskaskaden hat Franziska Geiser (2013) vorgestellt. Sie geht über enge von den Psychotherapieschulen gesetzte Interpretations- und Therapievorschläge hinaus. Sie hebt hervor und begründet, dass Angst nicht nur Blockierung und Erstarrung bedingt: »Angst ist nicht nur ein wichtiger gesellschaftlicher Kitt, sie ist auch eine wichtige Voraussetzung dafür, andere lieben zu können« (ebd., S. 9). Sie spricht sogar von einer möglichen »Trittstufe zum Glück« (ebd., S. 9), wenn die Angst anerkannt wird und der von ihr Betroffene sich ihr stellt. Bemerkenswert ist Geisers Bezugnahme auf den dänischen Theologen Sören Kierkegaard, dessen 1844 erschienenes philosophisch-theologisches Essay »Der Begriff Angst« (Kierkegaard 2020) für die Existentialphilosophie mitbegrundend wurde. Seine christlich dogmatischen orientierten Schlussfolgerungen kann Geiser zwar nicht nachvollziehen, aber: »Dennoch spricht mich sein Bild, dass Angst zur Erstarrung führen kann, man aber auch durch die Anerkennung der Angst zur Freiheit findet, sehr an, und ob man dabei den Sprung in den Glauben wagt oder [...] den Mut zum Sein findet, mag jedem selbst überlassen bleiben« (Geiser 2013, S. 9).

Eine Vielzahl anthropologischer, philosophischer und theologischer Studien beschäftigen sich mit dem Verhältnis von Angst und Religion bzw. allgemeiner mit der Bedeutung der Angst für die menschliche Wesenheit. Hier sei im Anschluss an vorstehende Ausfuhnungen lediglich noch auf Andreas Topps Schrift »Philosophische Anthropologie der Angst – Versuch einer Synthese aus Helmuth Plessners exzentrischer Positionalität und Fritz Riemanns Grundformen der Angst« (Topp 2003) hingewiesen.

Der menschlichen Angst, der Bedrohung im weitesten Sinne wie sie schon die frühen Menschen erlebten, stehen auch im kulturalanthropologischen Konzept Habermas' kompensierende, Angst-überwindende Verhaltensmuster resp. Entwicklungen gegenüber: So wird der Ritus als eine so nur dem Menschen durch »Rhythmuskompetenz« gegebene, einzigartige Kommunikation mit dem Körper gesehen, bei der »eine rhythmische Bewegung, die Tanz, Pantomime, Korperbemalung und Musik mit audiovisuellen und motorischen Ausdrucksgesten zu einer darstellenden Inszenierung verbindet« (Habermas 2018, S. 248) oder die auch einfach als eine Art »speech before language« (ebd.) zu bezeichnen ist. Wer einmal originäre Stammestanze z. B. afrikanischer Ethnien erlebt hat, weiß um die ungeheure Wucht und Vitalität, die sich in ihnen ohne jegliche sprachliche Mittel ausdrückt. Bereits »die psychosomatisch-emotionale Befindlichkeit (Angstgefühl und Herzklopfen) übernimmt eine Signalfunktion im inneren und äußeren Dialog. Emotion hat, metaphorisch gedacht, die Funktion einer Sprache in der intrapsychischen und interpersonellen Kommunikation« schreibt auch Rudolf

(2020, S. 50) im Fazit über die Funktion der Emotion. Und mit Blick auf »Vormenschen der Frühzeit«: »Die vorherrschende [mediale] Erlebnisstruktur [...] bringt es mit sich, dass jedes bedeutsame äußere Ereignis heftige innere, vor allem affektive Reaktionen hervorrufen kann (speziell Angst und Wut) und umgekehrt, dass jede innere Erregung auch im Außen wahrgenommen wird. [...] Die ängstliche oder wütende Erregung des Einzelnen setzt sich rasch auf die ganze Gruppe fort und führt zu gruppalen Reaktionen der Flucht oder des Angriffs« (Rudolf 2015, S. 100). Es ist davon auszugehen, dass in dieser Entwicklungsphase mit der Ausbildung komplexerer Gestik und der kommunikativen Lautspezifizierung bis zur Sprache bereits eine Symbolisierungsfähigkeit gegeben ist. Neuropsychologisch setzt dies parallel eine sich entwickelnde Theory of mind-Kompetenz (also Vorstellungen darüber was andere wissen und nicht wissen können) voraus (vgl. hierzu Medicus 2013, S. 72 ff.). Der frühe Schritt zum gemeinsamen Ritus mit »nachvollziehbarem intrinsischem Sinn« (Habermas, S. 192) liegt so gesehen bei der Funktion von Affekten wie der Angst in der Luft. Vergewaltigt man sich zudem die im Erleben der sich entwickelnden frühen Menschen noch fehlende Trennung von innen und außen, so kann vorrationales und präverbales (psycho-)motorisches Agieren in Form eines gemeinsamen Ritus als direkter Beeinflussungsversuch bedrohlicher Umwelt verstanden werden.

2.3 Mythos – der sakrale Komplex II

Mit Blick auf die Entwicklung der Deuter und spirituellen Leitpersonen versucht der Philosoph und Religionswissenschaftler Andreas Kött die Evolution der Religionen mithilfe der auf Niklas Luhmann zurückgehenden Systemtheorie der Religion zu rekonstruieren: »Die archaischen Religionen dienten dazu, das Geheimnisvolle vertraut zu machen, um die Angst vor dem Unbekannten zu verringern. Dies geschah wahrscheinlich durch die Entwicklung verschiedener Rituale, deren immer gleicher Ablauf ein Gefühl der Sicherheit gab. Doch die Fragen und Unsicherheiten nahmen zu, da der Kult offenbar nicht vor allen Unbilden schützte sowie in jenen Fällen, bei denen gegen Normen verstoßen wurde: Das Unbekannte wurde unberechenbar, der Bedarf nach Deutung und konkreter spiritueller Hilfe etwa bei Naturkatastrophen, Krankheiten oder unerwarteten Veränderungen der Lebensumstände wurde geweckt. Die Lebenswirklichkeit konkurrierte immer mehr mit dem Transzendenten und der Begriff des »Heiligen« entstand. Folglich erfuhren Personen, die offenbar einen besonderen Zugang zur Geisterwelt hatten, immer mehr Respekt. Die Bedeutung der Religion – die noch untrennbar mit dem alltäglichen Leben verbunden war – wuchs deutlich. Dies äußerte sich auch in einer Vielzahl von Symbolen (Bilder, Gebäude, Kleidungsaccessoires, sakrale Gegenstände u. ä.). Die Frage nach Ursache und Sinn dieser zweigeteilten Welt wurde jedoch noch nicht gestellt« (Kött 2003, S. 317). Der Mythos »strukturiert das Wissen, das im Weltumgang akkumuliert wird, im Rahmen eines identi-

tätsstabilisierenden Weltbildes« (Habermas 2019, S. 193). Mythische Erzählungen und rituelle Handlungen bilden somit gemeinsam den sakralen Komplex. Habermas verweist darauf, »dass Religionsgemeinschaften ohne den Kern einer liturgischen Praxis kaum Überlebenschancen haben« (ebd., S. 200).

Das Auftreten der Symbole entspricht dem basismäßig entängstigenden Mechanismus der Benennung und (im besten Fall auch zutreffenden) Identifizierung von unbekanntem Phänomenen. Vorgenannte Überlegungen wie allein auch, dass die Benennung eines angstauslösenden Moments/Agens bereits zur Reorganisation und Stabilisierung des psychischen Befindens beiträgt, erscheinen aus psychiatrisch-therapeutischer Sicht sehr gut nachvollziehbar. Ähnliche Phänomene der Angst und Mechanismen der Angstbewältigung finden sich auch bei heutigen Menschen wie das sowohl im Alltag zu beobachten ist als auch in psychotherapeutischen Behandlungen, in denen diese Abläufe reflektiert und möglichst bearbeitet werden. »Not lehrt betteln, Angst lehrt beten«, »Wenn's donnert, wachen die Gebetbücher auf«, lauten zwei alte deutsche Sprichwörter. Benennen, immer mehr Worte finden, komplexer sprechen führt auch zu komplexerem Denken mit magischen Kombinationen und Assoziationen. Habermas sieht eine Verknüpfung der Sprachentwicklung der frühen Menschengruppen, die auch ein zunehmend größeres Hirnvolumen aufweisen, mit den ersten komplexeren kognitiven Prozessen; er nimmt Bezug auf das Phänomen des »wildes Denkens« des Ethnologen Claude Lévi-Strauss, worauf hier aber nicht näher eingegangen werden kann. Habermas fasst es so zusammen: »Erst in dem Maße, wie sich die Darstellungsfunktion der Sprache aus den interaktiv vorgebahnten Schneisen löst, drängt sich der vergesellschafteten Intelligenz jener Reichtum an Beobachtungen auf, die das wilde Denken zu einer – wie Lévi-Strauss bewundernd meint: wissenschaftsanalog – Verarbeitung in Gestalt mythischer Narrative herausfordern« (Habermas 2019, S. 254). So entwickelte der Mensch das »Bedürfnis nach einer kognitiven Aufbereitung der Informationsflut« (ebd., S. 254). Er sucht neue beobachtete Phänomene systematisch in Bekanntes einzuordnen und entwickelt so magische Verknüpfungen und »Erklärungen zum Ganzen eines kulturell gespeicherten und tradierten Weltwissens« (ebd.). Habermas sieht in diesem Moment den »Übergang von der artspezifischen »Umweltgebundenheit« der Menschenaffen zur symbolisch erschlossenen »Weltoffenheit« des Menschen. Er verweist in diesem Zusammenhang auf die »philosophische Anthropologie von Max Scheler, Helmuth Plessner [...]« (ebd., S. 250), worauf später in diesem Band nochmal kurz Bezug genommen wird.

Aus heutiger Sicht erscheint die vorstehend verkürzt wiedergegebene Hypothese Habermas' von der Entstehung des sakralen Komplexes aus Ritus und Mythos gut nachvollziehbar. Auch kommt einem die erst in den letzten Jahrzehnten erkannte grundlegende Bedeutung körpertherapeutischer Behandlungen in den Sinn; diese haben heute von der Atemtherapie über Bewegungstherapie, kraniosakraler Therapie, Integrativer Bewegungstherapie, Yoga-Therapien, Qi Gong bis zur Tanztherapie – um nur einige zu nennen – eine ungeheure Diversifizierung erfahren. Vergewahrtigt man sich die elementare Bedeutung körperlicher Ausdrucksdynamik, wie sie essentiell seit Urzeiten zum menschlichen Wesen und Dasein dazugehört, so können ungeachtet notwendiger Validierungsprozesse der ein-