

KLEINER STIMMUNGS-ATLAS  
IN EINZELBÄNDEN

---

A

---

THOMAS GANN

»ANGST«

ANGST

THOMAS GANN

# ANGST

Angst  
Kafka  
Jünger

Textem Verlag

Kleiner Stimmungs-Atlas in Einzelbänden  
Hg. Jan-Frederik Bandel, Nora Sdun  
Gestaltung: Christoph Steinegger/Interkool  
Bd. 2 – A: Angst, Thomas Gann  
Unveränderte Neuauflage 2016

© Textem-Verlag, Hamburg 2011  
Druck: Druckhaus Köthen  
ISBN 978-3-938801-76-5  
[www.textem-verlag.de](http://www.textem-verlag.de)



# ANGST

»Die britischen barden lassen die seelen, um in die unterwelt zu gelangen, durch den *weiher der angst* und der *gebeine*, durch das *thal des todes* in das meer schiffen, an dessen gestade sich der mund des höllenabgrundes öffnet.«<sup>1</sup>

Wie richtet man sich mit der Angst ein?

Worauf deutet es hin, wenn man Angst hat?

»In wessen Hand ein Maulwurf stirbt, der hat Glück.«<sup>2</sup>

Das Thema Angst ist aufschlussreich, aber es ist auch unschön, abschreckend. Die Angst steht im Ruf des Unangenehmen. Die Seele will »nicht Angst haben«, schreibt Epikur. »Angst und Zwang waren immer die beiden größten Geißeln der Menschheit«, heißt es in Ernest Jones' Buch über den *Alptraum*.<sup>3</sup> Aber das ist allenfalls die halbe Wahrheit. Angst ist ein zweideutiges Gefühl. Sie wird nicht vollkommen abgelehnt. Es gibt Situationen, in denen man auf Angst aus ist. In den Randzonen der Fantasie nimmt der Angstgenuss sogar einen nicht unbeträchtlichen Raum ein. Es gibt

1) Jacob Grimm, *Deutsche Mythologie*, 1854, S. 794

2) Wilhelm Gottlieb Beyer, »Aberglauben in Meklenburg«, in: *Jahrbuch des Vereins für Mecklenburgische Geschichte und Altertumskunde*, Bd. 9, 1844, S. 215–226, hier: S. 217

3) Ernest Jones, *Der Alptraum in seiner Beziehung zu gewissen Formen des mittelalterlichen Aberglaubens*, 1912, S. 1

Formen von Lust, die nur die Angst adäquat zu speisen versteht. Es gibt den schönen Schrecken, den Kitzel, es gibt das süße Bangen eines Kindes, wenn es ein Märchen hört.

Was hat es also auf sich mit dem ambivalenten Gefühl der Angst; und wovon spricht, wer von Angst spricht? Will man diesen Fragen nachgehen, ist es ratsam, zunächst den Phänomenbereich des hier vorgestellten Gefühls einzugrenzen und nach den sonderbaren Eigenheiten der Angst im Gegensatz zu anderen Gefühlen zu fragen. Es sind der Angst in dieser Hinsicht höchst sorgfältige Untersuchungen gewidmet worden, nicht zuletzt seitens der Psychoanalyse. Wir werden sie hier konsultieren. Im Mittelpunkt aber stehen zwei Autoren der literarischen Moderne: Franz Kafka und Ernst Jünger. Beide hatten wohl Angst oder hatten keine, das weiß man nicht. Um eine solche biografisch gestellte Frage soll es hier aber auch nicht gehen. Sondern ich werde im Versuch, etwas über die Angst zu erfahren, einige Spuren aufsuchen, die sie in der Literatur des 20. Jahrhunderts hinterlassen hat.

Eine solche Spurensuche bringt gewisse Erleichterungen mit sich. Direkt über die Angst zu sprechen ist schwierig. Die Literatur aber ist ein Schutzraum: Um eine direkte, schmerzvolle Berührung zu vermeiden, rückt man Dinge an einen geschützten Ort, wo man sie wie hinter einer Scheibe aus Glas betrachten kann. Dorthin, wo die Gefahr eines unmittelbaren Kontakts mit der eigenen Person auf eigentümliche Weise gebannt zu sein scheint oder zumindest so weit abgeschwächt, dass sie weniger einer Verletzung, eher einer Impfung gleichkommt. Ob eine solche Art des

Banns von Dauer sein kann, ist eine andere Frage. Es gibt einen berühmten Traum, der von den Grenzen eines scheinbar geschützten Raums handelt, in den die angstvolle Erfahrung der Schutzlosigkeit umso beängstigender einbrechen wird. Die Rede ist von einem 1918 publizierten Traum des *Wolfsmanns* in Freuds gleichnamiger Fallgeschichte: »Ich habe geträumt, daß es Nacht ist und ich in meinem Bett liege, (mein Bett stand mit dem Fußende gegen das Fenster, vor dem Fenster befand sich eine Reihe alter Nußbäume. Ich weiß, es war Winter, als ich träumte, und Nachtzeit). Plötzlich geht das Fenster von selbst auf.«<sup>4</sup>

Aber nun zur Angst, d. h. zunächst zu einigen Definitionen (deren Schwierigkeit sich später ergeben wird).

#### ANGST IST DAS KOMMENDE, FREMDE, DIE NOT

In der Angst spürt man Unbehagen – aber woher kommt dieses Unbehagen und was ist es eigentlich? Nicht zuletzt spürt man im Unbehagen der Angst etwas Kommendes, etwas Fremdes. Willentlich lässt sich Angst nicht herbeiführen. Stets besitzt sie die Anmutung einer auf die Subjekte zukommenden Macht. Man wird ihr ausgesetzt, ausgeliefert. Es wird zum Beispiel gesagt: Ich bin in Angst versetzt worden. Etwas hat mir Angst gemacht. Ich habe es mit der Angst zu tun bekommen. In diesen Sätzen tritt die

4) Sigmund Freud, »Aus der Geschichte einer infantilen Neurose«, in: ders., *Gesammelte Werke XII*, 1947, S. 27–157, hier: S. 54

Angst als etwas Autonomes in Erscheinung; wie Wolken einer höheren Himmelschicht, wie etwas, das von allem eigenen Bemühen unabhängig bleibt, nur von Zeit zu Zeit wie ein Schicksal auf die Menschen fällt; zuweilen dem Gewitter gleich, so plötzlich, dass man kaum weiß, wie einem geschieht. Der Ängstliche sagt dann Worte wie: Er sei von der Angst gepackt worden, Angst sei ihm eingejagt worden.

Andere Formen der Angst nähern sich dem Subjekt eher in einer gedehnten, leisen Weise, senken sich langsam auf es wie kalter Nebel, wie ein Schleier oder wie leichter Tau. Man wird von Angst nicht überfallen, sondern beschlichen. Schlimmer noch als in der Wahrnehmung, von Angst erfasst worden zu sein, fühlt man hier: Man ist von ihr umgeben. Die Angst ist um einen, sie verengt den Raum. Dann wird etwas eingeklemmt, beklemmt, man spürt eine Beklemmung (einen Druck auf der Brust, ein würgendes Gefühl im Hals, ein Aussetzen der Atmung). Früher wurde dies Alpdruck genannt; das Gefühl der Beklemmung wurde dem Einfluss fremder Wesen zugeschrieben: dem Alp, der Mare, dem Schrattelet.<sup>5</sup>

Das Wort Angst leitet sich vom lateinischen Wort *angustiae* ab, das so viel wie einen Zustand der Not, des Mangels oder der Enge beschreibt. Auch in einem Blick kann ein Schimmer von Angst liegen. Hier nähert sich die Angst der Scham. Anhand solcher Randzonen, den milderen Klimaten der Angst, zeigt sich, dass diese sich nicht immer einen großen, dra-

5) Vgl. Ludwig Laistner, *Das Rätsel der Sphinx. Grundzüge einer Mythengeschichte*, 2 Bde., 1889

matischen Auftritt verschafft. Oft ist sie nur etwas Nebensächliches, kaum Wahrnehmbares: eine leichte Unruhe, eine nervöse Spannung, ein Unwohlsein. Angst hält sich dann noch an der Grenze zwischen Bewusstem und Unbewusstem auf. Sie gibt noch die subtilen, kaum wahrgenommenen Keime ihres Entstehens zu bedenken. Die Frage, wann das Angstgefühl zum ersten Mal aufgetreten sei, kann dann oft gar nicht beantwortet, zumindest nicht mit einer besonders angsterregenden Situation in Verbindung gebracht werden. Möglicherweise ist nur eine Schwelle überschritten worden.

#### DER ANGSTAFFEKT

Bereits Aristoteles bemerkt, dass die Seele Affekte nicht ohne den Körper »erleide«.<sup>6</sup> In eindrücklicher Weise trifft dies auf die Angst zu. Stets hat sie eine körperliche Dimension, wird am Körper empfunden. Ich liste hier nur die üblichsten Erkennungszeichen auf: Schweißausbrüche (Angstschweiß), Gefühl der Kälte, ein pochendes Herz, Zugschnüren der Kehle, Schwindel, Zittern, Atemnot, Erblässen, Unrast, Unruhe, »fieberhafte« Erregung, zugleich aber auch das Gefühl einer Lähmung, das jede Bewegung und jeden Gedanken unterbricht. Der Psychoanalytiker Wilhelm Stekel, Autor des erstmals 1908 erschienenen Handbuchs *Nervöse Angstzustände und ihre Behandlung*, gibt zum Zweck genauerer Darstellung die Schilderung eines

6) Aristoteles, *De Anima/Über die Seele*, Horst Seidl (Hg.), 1995, S. 7

Patienten wieder: »Die Angst [...] beginnt mit einem unbehaglichen Gefühle in der Magengegend und steigt bis zum Kehlkopf, wo sie würgend verweilt. Das blasse Gesicht wird fieberhaft gerötet, der Gang ist der eines Trunkenen, die Hand sucht einen Stützpunkt und tappt ins Leere.«<sup>7</sup>

Besitzt die Angst körperliche Symptome, so sind diese alles andere als untrüglich. Bemerkenswerterweise ließe sich all das, was hier am Körper erfahren wird, auch für Beschreibungen körperlicher Lust verwenden. Man ist angesichts dieser Schnittmenge sogar so weit gegangen, in der Angst einen dem Sexualakt gleichenden Vorgang der Erregung zu erkennen: »Das Herzklopfen, der Schweiß, das Erstickungsgefühl u. s. w. sind bloße Übertreibungen der Vorgänge, die man normalerweise während des Aktes erlebt.«<sup>8</sup> Wenn Angst, *angustiae*, unter anderem »die Enge« ist, vermutete Wilhelm Reich, sei die bedrückende Enge der Angst vom Gefühl einer »sexuellen Stauung« nicht sehr weit entfernt, zum Teil sogar identisch mit ihr.<sup>9</sup> Während aber beim Akt die unmittelbare Körperberührung, die Wärme, in der Lage ist, die Spannung zu lösen, erfährt die Spannung der Angst nicht so leicht Linderung. Nicht zuletzt weil die Ängstlichen mit der Angst zumeist allein sind.

7) Wilhelm Stekel, *Nervöse Angstzustände und ihre Behandlung* [1908], 3., verm. u. verb. Auflage, 1921, S. 22

8) Ernest Jones, *Der Alptraum*, a. a. O., S. 15

9) Wilhelm Reich, *Die Funktion des Orgasmus*, 1927; vgl. insbesondere das Kapitel »Somatische Libidostauung und Angstaffekt« (S. 58–97)

Die Angst ist also ein Körpergefühl. Und doch ist es nicht ausreichend, sie lediglich einen Affekt zu nennen. Mit dem Wort »Angst« ist eine Vielzahl von Begriffskombinationen gebildet worden: Angstaffekt, Angstempfindung, Angstgefühl, Angsttraum, Angststimmung, Angstvorstellung, Angstzustand... Wer eine solche Reihe liest, muss konstatieren: Bei der Angst haben wir es mit einer weiten Bandbreite, mit etwas Vagem, diffizil Verzweigtem zu tun. Bereits die historische Rede von Gefühl, Affekt und Vorstellung spricht unterschiedliche Schauplätze an und hat unterschiedliche Theorien der Angst im Schlepptau.

Ein Gefühl, eine Empfindung gehört – zumindest mit dem beginnenden Zeitalter der Empfindsamkeit im 18. Jahrhundert – dem Verfügungsbereich eines fühlenden Herzens an. Man trägt solche Dinge im Busen oder in der Seele. Das Grimm'sche *Wörterbuch* nennt das Wort »Gefühl« »eine ziemlich junge Bildung«. Bei beiden Worten geht es aber auch ganz generell um Wahrnehmung: Fühlen, Finden. Im Gegensatz zum Gefühl betont der Affekt ein Moment körperlicher Eruption. Ein Affekt ist ein Zustand einer besonderen Spannung, ein Zustand der Leidenschaft. Etwas hat den Körper in Erregung versetzt, mit anderen Worten: ihn aus dem Gleichgewicht seiner selbstgewählten Ruhe gebracht. Verglichen mit dem »Gefühl« ist das Wort »Affekt« sehr alt. Platon (427–347 v. Chr.) teilte die Affekte in vier Kategorien ein: Lust, Leid, Begierde, Furcht (= *phobos*). Heute wird, wenn von Affekten die Rede ist, meist von Nerven-



zellen, Botenstoffen, Hormonausschüttungen gesprochen. Wie dem auch sei: Es geht um Vorgänge des Aufruhrs, des Abklingens, um Balancen, um den Körper in seinen physiologischen Tatbeständen. Wird dagegen von Angstvorstellungen gesprochen, zielt die Rede auf andere Aspekte: Die Vorstellung gehört, nicht nur teilweise, wie im Fall des Gefühls, sondern vollständig dem Bereich der Seele und ihrer inneren Bilder (Ideen) an. Daran knüpft sich die Vermutung, dass Angst nicht nur etwas ist, das uns durch beängstigende Außenreize ergreift, uns zugefügt wird, sondern auch etwas, das man das höchst komplizierte Produkt einer »psychischen Realität« nennen muss. Im Jahre 1844 hält Sören Kierkegaard in seiner voluminösen, theologisch-psychologischen Studie *Der Begriff der Angst* fest: »Die Angst ist eine Bestimmung des träumenden Geistes und gehört als solche in die Psychologie«<sup>10</sup> – dem Tier hingegen spricht er sie vollständig ab: »Man wird so beim Tier keine Angst finden, eben weil es in seiner Natürlichkeit nicht als Geist bestimmt ist.«<sup>11</sup> Mit der Rede von den Angstvorstellungen kommen die Imagos, die Einbildungen, Erinnerungsbilder, Visionen, die Träume, die grauenvollen Ahnungen ins Spiel. Nicht in erster Linie wird das Subjekt von etwas Äußerlichem, von angsterregenden

10) Sören Kierkegaard, *Der Begriff der Angst. Eine schlecht und recht psychologisch-hinweisende Überlegung in Richtung auf das Problem der Erbsünde von Vigilius Haufniensis* [orig. dän. 1844], in: ders., *Die Krankheit zum Tode. Furcht und Zittern. Die Wiederholung. Der Begriff der Angst*, 2005, S. 441–640, hier: S. 487 f.

11) Ebd., S. 488

Außenreizen heimgesucht, vielmehr ist in seinem eigenen Apparat etwas in Unordnung geraten. Bereits Aristoteles bemerkt: »Auch wenn nichts Furchterregendes geschieht, geraten Menschen doch in Affekte dessen, der sich fürchtet.«<sup>12</sup> Mit anderen Worten: Der Seelenfrieden ist abhanden gekommen. Unabhängig davon, wie es um tatsächliche Gefahren bestellt sein mag, hat sich eine innere Welt mit Bedrohlichem bevölkert. Dann scheint es, als ob die dienstbare Empfindung der Angst ein Eigenleben entwickelt hat. Statt uns zu schützen, hat die Angst uns ins Unglück gestürzt.

Mit dem Attribut der »psychischen Störung« verbunden, wurde Angst in der sich im 19. Jahrhundert formierenden Wissenschaft der Psychiatrie in einer langen Liste scheinbar exakter Krankheitsbilder erfasst: Phobie, Paranoia, Panik, Pavor nocturnus, Halluzination, Angstneurose... Beschäftigt man sich ein wenig ausführlicher mit dem seitens der Psychiatrie aufgestellten Tableau psychischer Störungen, stellt man fest: Angst ist fast allgegenwärtig. »Irgendwie steckt die Angst hinter allen Symptomen«, schreibt Sigmund Freud. So steht es in einer 1930 veröffentlichten Schrift, die ihrerseits vom Unbehagen spricht: *Das Unbehagen in der Kultur*.<sup>13</sup> In einem anderen Text heißt es ähnlich: »Es steht fest, daß das Angstproblem ein Knotenpunkt ist, an welchem die verschiedensten und wichtigsten Fragen zusammentreffen, ein Rätsel,

12) Aristoteles, *De Anima*, a. a. O., S. 9

13) Sigmund Freud, *Das Unbehagen in der Kultur*, in: ders., *Gesammelte Werke XIV*, 1948, S. 419–506, hier: S. 495