

# Inhalt

Einleitung	Das Unbehagen in der Gefühlskultur . . .	9
------------	--	---

## I

### Der amerikanische Traum: eine emotionale Dystopie?

1	Erhabenheit und Grausamkeit der Hoffnung . . . . .	37
2	Die bitteren Lippen der Enttäuschung . . . . .	75
3	Neid: das stumme Gefühl . . . . .	105

## II

### Der Nationalismus, die Demokratie und ihre Gefühle

4	Zorn: das Rätsel der Seele . . . . .	147
5	Furcht und die Politik der Verletzlichkeit . . . . .	192
6	Nostalgie und Heimatlosigkeit: die Erfindung des Verlorenen . . . . .	231

## III

### Implosive Intimität

7	Scham und Stolz: wie andere uns definieren . . . . .	267
8	Eifersucht: der selbsterrichtete Galgen . . . . .	307
9	Liebe: von der Überschreitung zur Komplexität . . .	323
	Coda Durch die Ritzen der Verleugnung: die Macht der Gefühle . . . . .	355
	Anmerkungen . . . . .	377

Dank . . . . .	436
Namenregister . . . . .	438

# Einleitung

## Das Unbehagen in der Gefühlskultur

Weil der Körper (in unterschiedlichem Ausmaß) exponiert ist, weil er in der Welt ins Spiel, in Gefahr gebracht wird, dem Risiko der Empfindung, der Verletzung, des Leids, manchmal des Tods ausgesetzt, also gezwungen ist, die Welt ernst zu nehmen (und nichts ist ernsthafter als Empfindungen – sie berühren uns bis ins Innerste unserer organischen Ausstattung hinein), ist er in der Lage, Dispositionen zu erwerben, die ihrerseits eine Öffnung zur Welt darstellen, das heißt zu den Strukturen der sozialen Welt, deren leibgewordene Gestalt sie sind.

– Pierre Bourdieu, *Meditationen*<sup>1</sup>

Wer hätte nicht schon die Erfahrung gemacht, von Wut, Trauer oder Liebe überwältigt zu werden? Wenn uns Gefühle übermannen, scheint unser Körper unserem Verstand zu vorzukommen – unsere Hände werden feucht und unsere Wangen heiß, unser Herz rast, unser Magen zieht sich zusammen und wir ringen um Luft. Wir sind, wie der Soziologe Pierre Bourdieu in obigem Motto schreibt, exponiert und in Gefahr gebracht. Wir sagen oder tun manchmal auch Dinge, die wir später bereuen und die uns betroffen machen. Swann, der Erzähler von Marcel Prousts *Du côté de chez Swann*, empört sich darüber, dass seine größte Liebe »einer Frau galt, die mir nicht gefiel«, als er über seine erloschene Leidenschaft für Odette sinniert.<sup>2</sup> Er stellt das mit jener Verwundung oder Beschämung fest, die wir empfinden, wenn wir über eine frühere Leidenschaft für eine Person nachdenken, die wir heute gar nicht mehr nachvollziehen können, oder

über einen alten Zorn, dessen Brennen wir mittlerweile nicht mehr verspüren. Unsere Gefühle, so scheint es, zeichnen sich durch unsere tiefe Verstrickung in die Gegenwart und damit durch eine gewisse Gleichgültigkeit gegenüber der Zukunft aus. Wenn Gefühlen notorisch Weisheit abgeht, dann vielleicht eine Weisheit kalkulierender Art, die Bedauern vorausahnen oder Wohlergehen vorausberechnen kann. Emotionen sind schnelle Reaktionen auf die Welt, weshalb oft behauptet worden ist, sie überstiegen die Grenzen der Vernunft und führten uns in die Irre:<sup>3</sup> Sie schließen das langsame Denken kurz, umgehen unseren Willen und missachten unser mutmaßliches Interesse. In Philip Roths Roman *Indignation* ermahnt eine Mutter ihren Sohn in einer Form, die wir mühelos wiedererkennen:

Sei du es nicht [so schlecht wie dein Vater]. Sei du *größer* als deine Gefühle. Nicht ich verlange das von dir – das Leben verlangt es. Denn sonst wirst du von deinen Gefühlen weggeschwemmt werden. Du wirst ins Meer gespült und nie mehr gesehen werden. Gefühle können das größte Problem des Lebens sein. Gefühle können einem die schrecklichsten Streiche spielen.<sup>4</sup>

Obwohl wir solche Ermahnungen immer wieder hören, könnten wir mit demselben Nachdruck behaupten, dass die Wahrheit unserer Erfahrung in Gefühlen besteht. In Philip K. Dicks *Do Androids Dream of Electric Sheep?* (1968, heute auch unter dem Titel *Blade Runner*) unterscheiden Menschen Androiden durch einen »Empathietest« von Menschen, weil Fühlen das Merkmal von Menschlichkeit ist.<sup>5</sup> Thomas Mann drückt denselben Gedanken noch dramatischer aus: Für ihn erlangen Männer und Frauen nicht nur ihre volle Menschlichkeit durch ihre Emotionen, sondern der »Mensch ist gött-

lich, sofern er fühlt.«<sup>6</sup> Gefühle irren sich nie: Sei dir deiner Gefühle bewusst, dann wirst du authentisch sein und ein wahrhaft sinnerfülltes Leben führen. Emotionale Authentizität ist zum Echtheitssiegel für geistige Gesundheit und Glück geworden, eine Botschaft, die sowohl auf allen Ebenen der Hoch- und Populärkultur als auch durch die Mammutindustrie der psychologischen Beratung endlos recycelt wird.<sup>7</sup>

Diese beiden gängigen Auffassungen von Gefühlen – als Irrtum oder als Wahrheit – blende ich im Folgenden aus. Stattdessen setze ich an der Prämisse an, dass unsere Emotionen *stilisierte Momente* des Seins sind, Momente, in denen wir uns in einer bestimmten Art und Weise auf eine Situation einlassen, mitunter Hals über Kopf. Schreie, Mitgefühl, Kaltblütigkeit oder Tränen sind allesamt Möglichkeiten, unser Erleben zu stilisieren, ihm eine Gestalt und klare Konturen zu geben und das Feld unserer Interaktionen mit anderen abzustecken, sei es überlegt und selbstbewusst oder unfreiwillig und spontan. Unsere Emotionen haben viel damit zu tun, wer wir sind, nicht nur als Personen mit einer je einzigartigen Geschichte und seelischen Grundverfassung, sondern auch – und manchmal vor allem – als Angehörige von Gruppen und Kulturen, die unserem Innenleben eine große Menge unsichtbarer Schranken auferlegen. Typischerweise interessieren sich Psychologinnen für erstere, Soziologinnen für letztere Ebene. Ohne dass uns dies bewusst wäre, umfassen und verkörpern Gefühle die zentralen Bestandteile der Gesellschaft. Normen, Regeln, soziale Strukturen, kulturelle Leitlinien bilden das unsichtbare, aber brennende Magma der Gefühle, den Glutkern ihrer Energie.<sup>8</sup> Das sind die Annahmen, die den gedanklichen Hintergrund dieses Buches bilden.

## *Die Gesellschaft in der Seele*

Gefühle sind ein zentraler Gegenstand philosophischer Untersuchungen spätestens seit der Stoa, einer durch Zenon von Kiton um 300 v. u. Z. auf der alten Agora von Athen gegründeten ethischen Schule. Die Stoiker betrachteten Emotionen als Störungen der Seele und erstrebten die Ausbildung einer kultivierten Indifferenz.<sup>9</sup> Dadurch, dass sie uns dazu anhielten, all das aus unserer Seele zu verbannen, was ihre Ruhe störte, verdeckten sie die Frage, was ein Gefühl eigentlich genau ist. Das Christentum verfolgte kein weniger striktes Gefühlsprogramm, wenn es zu verstehen gab, dass wir solche Emotionssünden wie Zorn, Faulheit oder Lust unter Kontrolle bringen oder gar auslöschen müssen, um die Liebe Gottes zu praktizieren. Wir mussten auf den Philosophen Baruch Spinoza im 17. Jahrhundert warten, der vielen als der Begründer der modernen säkularen Philosophie gilt und diese Frage wieder offengelegt hat. Vor dem Hintergrund einer religiösen Kultur, die das Gefühlsleben durch Verbote und Gebote, Belohnungen und Bestrafungen regelte, entwickelte Spinoza die damals radikale Sichtweise, dass Gefühle Naturphänomene seien, die rational zu untersuchen sich lohne. Demnach folgten, wie seine berühmte Behauptung im dritten Teil der *Ethik* lautet,

die Affekte des Hasses, des Zorns, des Neides usw., in sich betrachtet, aus derselben Notwendigkeit und internen Beschaffenheit der Natur wie andere Einzeldinge auch. Somit unterliegen sie bestimmten Ursachen, durch die sie sich verstehen lassen, und haben bestimmte Eigenschaften, die unserer Erkenntnis so würdig sind wie die Eigenschaften jedes beliebigen anderen Dinges, an dessen bloßer Betrachtung wir uns erfreuen. Die Natur und die Kräfte der Affekte und die Macht

des Geistes über sie werde ich deshalb nach derselben Methode behandeln, nach der ich in den vorigen Teilen von Gott und dem Geist gehandelt habe, und ich werde menschliche Handlungen und Triebe geradeso betrachten, als ginge es um Linien, Flächen oder Körper.<sup>10</sup>

Linien, Flächen oder Körper: In wenigen Zeilen entkoppelt Spinoza Emotionen (»Affekte«) von Sünde und Tugend und kündigt das intellektuelle Programm an, das 300 Jahre später umgesetzt werden und Gefühle zuvorderst zum Forschungsgegenstand der Sozial- und Naturwissenschaften machen sollte. Psychoanalyse, Ich-Psychologie und Positive Psychologie, Kognitionspsychologie, Anthropologie und Soziologie, Evolutionsbiologie und Neuropsychologie: All diese Disziplinen nähern sich Gefühlen, als handele es sich um Linien, Flächen oder Körper, also Dinge, die man erkennen, vorher-sagen und steuern kann. Doch Gefühle sind nicht nur Gegenstand einer Flut von wissenschaftlichen Theorien. Sie sind, vermittelt durch Fernsehen, Radio, Internet, Kino, Podcasts, therapeutischem Behandlungszimmer und Populärwissenschaft, auch das Hauptthema der Selbsthilfebranche und der Populärkultur, die uns über das Wie und Warum, die Gebote und Verbote unseres Gefühlslebens instruieren.

Als Soziologin bin ich weniger an der Heilung seelischer Wunden als an der Frage interessiert, wie die Gesellschaft zu diesen Wunden beiträgt. George Orwell erinnert sich an einen Vorfall, der sich zutrug, kurz nachdem er sich im Spanischen Bürgerkrieg den republikanischen Truppen angeschlossen hatte:

Einer der Rekruten, die zu uns stießen, als ich in den Baracken einquartiert war, war ein wild aussehender Junge aus dem Elendsviertel von Barcelona. Er war barfuß und zerlumpt und außergewöhnlich

dunkelhäutig. (Ich würde sagen, arabisches Blut.) Er hatte eine Art zu gestikulieren, die man bei keinem Europäer finden würde. So streckte er zum Beispiel beide Arme aus, die Handflächen nach oben, eine Geste, die für Inder bezeichnend ist. Eines Tages war in meinem Quartier ein kleines Bündel Zigarren gestohlen worden, die man damals noch um ein Spottgeld kaufen konnte. Ziemlich unsinnigerweise erstattete ich dem Offizier Bericht, und prompt meldete sich einer der beiden Lumpenhunde, die ich bereits erwähnt habe, und erklärte, ihm seien fünfundzwanzig Peseten aus seiner Schlafstelle gestohlen worden. Aus mir nicht erklärlichen Gründen entschied der Offizier, der Junge aus Barcelona sei der Dieb. In der Miliz wurde sehr streng gegen Diebstähle vorgegangen, und theoretisch konnte einer deswegen erschossen werden. Der arme Teufel war gleich bereit, sich zur Wachstube führen und dort durchsuchen zu lassen. Am meisten fiel mir auf, daß er nicht einmal seine Unschuld zu beteuern versuchte. Seine fatalistische Haltung verriet die unsägliche Armut, in der er aufgewachsen sein mußte. Der Offizier befahl ihm, sich auszuziehen. Mit einer Demut, die für mich etwas Entsetzliches hatte, legte er seine Kleider ab, bis er nackt war. Dann wurden seine Kleider durchsucht. Natürlich fanden sich weder die Zigarren noch das Geld. Tatsächlich hatte er nichts gestohlen. Am peinlichsten war, daß er nicht weniger beschämt schien, auch nachdem sich seine Unschuld herausgestellt hatte.<sup>11</sup>

Diese Episode entfaltet sich als eine ineinandergreifende Kette von Ereignissen und Gefühlen, Gefühlen, die zwischen Individuen und sozialen Strukturen entstehen. Unschwer können wir uns die Beschuldigung des dunkelhäutigen Mannes durch den Offizier als eine zornige vorstellen, und ein solcher Zorn ist, wie Orwells Erzählung deutlich macht, durch Rassismus und Klassenvorurteile motiviert: Wie schnell der Offizier seine Schuldzuweisung vornimmt, das hat mit seiner vorgefassten Meinung über die Armut und Hautfarbe des Mannes zu tun.

Noch auffälliger ist natürlich dessen Reaktion: Er findet

sich, berichtet Orwell uns, mit seiner Demütigung ab, weil er sie in seiner Armut schon so oft erlebt hat. Selbst als sich seine Unschuld erwiesen hat, ist er nicht weniger beschämt. Die Scham klebt an seiner Existenz, weil sie ein Ausdruck seiner sozialen Situation und Position ist, die sich in wiederholte, in seinem Körper und durch seinen Körper sich anreichernde Erfahrungen der Demütigung übersetzt. Diese emotionalen Erfahrungen verwandeln sich in das Bild, das er von sich selbst besitzt und durch Interaktionen mit anderen verinnerlicht hat, die ihrerseits in ein mächtiges Herrschaftssystem eingebunden sind. Dieses Herrschaftssystem hat ihn gelehrt, bloß nicht zu viel zu erwarten, woraus seine Ergebenheit rührt. Der Zorn des Offiziers und die Scham und Willfährigkeit des Mannes sind soziale Strukturen in Aktion. Schließlich vermittelt uns diese Szene noch ein weiteres Gefühl: das Mitleid des Erzählers mit dem zu Unrecht beschuldigten Mann. Dieses Mitleid wird von moralischen Kodes getragen, die wir mühelos identifizieren können und die uns überhaupt in die Geschichte hineinziehen.

Wenn uns Gefühle oft mit ihrer gebieterischen Selbstverständlichkeit und Dringlichkeit überwältigen, dann deshalb, weil sie in verdichteter Form soziale Strukturen, Gruppenidentitäten und moralische Kodes beinhalten. Wohl haben Gefühle eine biologische Grundlage, doch sind sie auch Momente, in denen grundlegende soziale Prozesse wie Herrschaft, Konkurrenz, Abhängigkeit, Unterwürfigkeit, Ungleichheit, Verbundenheit und Normen der Gerechtigkeit von einer individuellen Person verarbeitet werden. In Emotionen überlappen sich das Biologische, das Psychologische und das Soziologische aufs Engste. Mag die Behauptung auch trivial erscheinen, dass unser Gefühlserleben kollektive Katego-

rien und Einheiten einschließt, so blenden wir in unserem Selbstverhältnis die Rolle, die die Gesellschaft für es spielt, doch gerne aus. Uns gelüstet es nach Körpern, deren Attraktivität von den Konventionen der Schönheitsindustrie bestimmt ist, wir hegen aber die Illusion von der Einzigartigkeit unseres Begehrens. Neidvoll führen wir uns die exotischen Urlaubsorte zu Gemüte, die uns in Zeitschriften und auf Plakaten schwelgerisch vor Augen geführt werden, schreiben aber die Wahl unseres Urlaubsziels unserer eigenen verwegenen Neugierde zu. Allzu oft lädt uns die moderne Kultur ein, uns als ausnehmend einzigartige Individuen zu empfinden, so dass wir darüber leicht vergessen, wie wenig unsere intime Erfahrung nur unsere eigene ist.<sup>12</sup> Fledermäusen gleich, die Signale aussenden, um Hindernisse auf ihrer Flugbahn zu erkennen, nutzen wir unsere Emotionen, um halbbewusst und halbblind zu ergründen, in welchem Ausmaß sich die Welt unserem Streben entgegenstellt, was wir in dieser Welt begehren und welche Rolle wir in ihr spielen sollen. Emotionale Reaktionen sind sowohl die Folge unsichtbarer Ketten von Ursachen, die ihnen vorausgehen, als auch Strategien, um ebendiesen Prozess zu verstehen und zu steuern. Gefühle verlängern gewissermaßen den Arm der Gesellschaft im Selbst.

Durch ihren sozialen Charakter verfügen Gefühle außerdem über eine kulturelle und soziale Grammatik, die uns hilft, Vermutungen über die Gefühle anderer anzustellen, Schlüsse über die Gefühle realer oder fiktiver Personen zu ziehen und die emotionalen Reaktionen anderer vorauszuahnen. All das und noch viel mehr können wir tun, weil wir mit anderen Menschen das Wissen um die Regeln und Normen teilen, die unseren und ihren Gefühlen zugrunde

liegen. Die Sprache spielt hier eine entscheidende Rolle. Emotionsgeladene Wörter wirken, zumal wenn sie in einer Kultur grell hervorstechen, wie starke Magneten – sie ziehen die flottierenden Partikel unserer Innerlichkeit an. Ein Beispiel: Ein Mann beleidigt Sie. Was Sie dann wirklich empfinden, wie Sie Ihr Gefühl nennen und wie Sie reagieren werden, hängt in hohem Maße davon ab, ob Sie ein Mann oder eine Frau sind, ob Sie von einer aristokratischen Ethik der Ehre, einer christlichen Ethik der Vergebung oder einer maskulinen Ethik vernünftiger Selbstbeherrschung bestimmt sind. Womöglich verspüren Sie eine Reihe widersprüchlicher Emotionen, aber eine davon – sei es Spott oder Schulterzucken, Schweigen oder die Aufforderung zum Duell – werden Sie, je nach ihrer Identität, gesellschaftlichen Position und moralischen Kernüberzeugung, bevorzugen. Wir benennen, was wir fühlen (oder nehmen gedanklich vorweg, was andere uns gegenüber empfinden), indem wir uns unbewusst auf die Definitionen der Situationen, in die wir verstrickt sind, beziehen, auf ihre »Gebote« und »Verbote«. Wir verarbeiten Erlebnisse, indem wir die emotionalen Etiketten aufrufen, die ihnen anhaften, und die Kultur liefert diese Etiketten, indem sie uns hilft, all die Elemente, die sich in unserem Innenleben tummeln, zu benennen, zu klassifizieren, zu kategorisieren und zu interpretieren. Oft folgen unsere Reaktionen und Aktionen solchen Interpretationen, wenn auch keinesfalls systematisch. Weil an Gefühlen so viel Kultur hängt, müssen wir unsere informierte Vorstellungskraft bemühen, um zu verstehen, was die Angst vor der Hölle für Menschen im Mittelalter bedeutet haben mag oder was Homer meinte, als er sagte, Odysseus' Tränen seien wie die Tränen einer Frau, die sich »über ihren toten Mann wirft, der im

Kampf um seine Stadt gefallen ist.«<sup>13</sup> Wir müssen sie bemühen, weil uns andernfalls verschlossen bliebe, warum sich eine Frau im 19. Jahrhundert darum bemühte, ein heiterer »Engel im Haushalt« zu sein,<sup>14</sup> oder warum sich ein männlicher Beduine persönlich stark beschämt fühlt, wenn jemand in sexueller Weise von seiner Schwester spricht.<sup>15</sup> Oder warum die Menschen auf Ifalik, einem mikronesischen Atoll, größten Wert darauf legen, die moralische und emotionale Kategorie *metagu* sowohl zu fühlen als auch zum Ausdruck zu bringen, nämlich die Befürchtung, gegen Rang und Hierarchie zu verstoßen.<sup>16</sup>

Die auf den ersten Blick naheliegende Annahme, dass sich Emotionen in stärkerem Maße innerhalb des Selbst abspielen als beispielsweise das Sprechen, ist falsch. Sie stehen vielmehr an der Schwelle zwischen äußerem und innerem Selbst. Emotionen sind liminal (vom lateinischen Ausdruck für Schwelle: *limen*). Der Neid auf meine Nachbarin, die Furcht vor dem Fremden oder der Nationalstolz sind Weisen, die Schwelle zwischen meinem Selbst und der Welt zu errichten, auszuhandeln und aufrechtzuerhalten. Anders gesagt: Die (meisten) Gefühle sind der Dialog, den wir *sotto voce* mit der Welt führen. Durch Gefühle internalisieren wir die äußere Welt und externalisieren wir unsere innere Welt, und zwar fortwährend und nahtlos.<sup>17</sup> Wie die ausgeschnittenen Figuren in einem Schattenspiel sind Emotionen zu erkennen, weil es hinter ihnen eine Lichtquelle – die sozialen und kulturellen Ursachen – und eine durchscheinende Leinwand gibt, auf die sie projiziert werden können – eine konkrete soziale Situation mit bestimmten Individuen, die in ihr agieren.

Die soeben aufgestellten Behauptungen laufen einem ge-