

Die manchmal geradezu hysterische Angst vor Einbrechern heilte ich bei einer Frau auf folgende Weise: Jeder Furcht muß ein Ursprung zugrunde liegen. Immer weiter rückwärts verfolgte ich also die Geschichte dieser Frau. Ich sondierte lange und fand nichts. Weder war sie je durch einen wirklichen Einbrecher erschreckt worden, noch hatte sie überhaupt jemals einen gesehen. Schließlich entdeckte ich, daß die Mutter, als sie noch ein Kind war, die Haustür doppelt zu verschließen und unter Betten und Schränke zu gucken pflegte, als ob alle diese Plätze die übliche Zufluchtstätte für Verbrecher seien. Zu guter Letzt sah sie auch unter der Tochter Bett nach und verschloß dann fest die Tür. Natürlich wuchs das Kind mit dem Gedanken heran, daß Einbrecher etwas so Selbstverständliches wären wie Fliegen im Sommer. Und so war sie mit 22 Jahren durch ihre Furcht vor Einbrechern derart verängstigt, daß sie weder allein schlafen noch sonst ein normales Leben führen konnte. Und das alles hatte mütterliche Torheit verschuldet. Nach langer Zeit ist sie nun gänzlich Herr ihrer selbst und ihrer Furcht geworden, und sie schläft jetzt schon nach den einfachsten Maßnahmen.

Die schlimmste und üblichste Form der Furcht — und zugleich ein Fluch der Menschheit — ist das Gefühl: ich kann nicht. Zwar haben wir alle zuweilen die normale und heilsame Befürchtung, daß wir einer Situation nicht gewachsen seien, aber bei vielen ist dieser Zustand chronisch geworden und verurteilt sie tatsächlich zur Unfähigkeit. Entstanden ist das Gefühl, weil Anforderungen an diese Menschen gestellt worden sind, die über ihre körperlichen und geistigen Fähigkeiten hinausgingen. Die Schule legte den Grund dazu. Untersuchungen haben ergeben, daß mehr als 50 Prozent der Kinder die an sie gestellten Anforderungen einfach nicht erfüllen können. Anderes und für ihr späteres Leben Wichtigeres sind sie daher nicht zu leisten imstande. Daher das Minderwertigkeits-Gefühl, das ihr ganzes Leben beeinflusst.

Ich erinnere mich eines jungen Menschen, der etwa 19 Jahre war, als er zu mir kam. Seit einiger Zeit war er stellungslos, er hatte seit Verlassen der Schule die Stellung schon mehrfach gewechselt. Er gab mir auch ganz stichhaltige Gründe dafür an, aber sie befriedigten mich nicht völlig.

Auch hier zeigte sich durch Befragen, daß allzu hohe Anforderungen der Schule die Furcht vor dem Versagen in ihm ausgelöst hatten. Ohne sich selbst darüber klar zu sein, verließ er aus dieser Furcht Stellungen, denen er durchaus gewachsen war. Merkwürdigerweise sind die Unfähigsten zugleich die größten Prahler. Sie prahlen aus Furcht, nicht leisten zu können, was von ihnen erwartet wird. Viele Menschen können sich am Erfolge anderer freuen, manche hingegen befreit das Versagen der anderen von der Furcht, selbst zu unterliegen.

In einem anderen Fall hatte ein Mann, dessen Einkommen sich auf eine sechsstellige Zahl belief, die größte Angst vor seinen Kollegen und Untergebenen; vor jeder Konferenz hatte er Herzklopfen. Auf dem Grunde seiner Furcht lag der Gedanke: Was denken sie von mir, welchen Eindruck mache ich? Auch hier war die erste Ursache für diese Schwäche in der Erziehung zu suchen: neben einem despotischen Vater wuchs der Knabe ohne eigenen Willen und ohne Verantwortungsgefühl heran. Nach einer leichten Verletzung beim Fußball hatte der Vater dem Jungen das Spiel verboten. Der Junge mußte vor den Kameraden Ausreden finden, um sich vom Spiel zu drücken. Ihm selbst unbewußt, hat dieses Erlebnis die Eigenschaft in ihm entwickelt, sich auch von wichtigeren Verpflichtungen zu drücken. Er hatte keine Ahnung von diesem Zusammenhang. Als ich ihn aber genau beschreiben ließ, was er empfände, wenn er sich auf seine Konferenz vorbereiten müsse, sah er selbst bald ein, daß er einfach jedesmal das alte Fußballerlebnis von neuem durchlebte, und das war eine Offenbarung für ihn . . .