

FIGHT CLUB

Gewalt ist zu Recht geächtet. Und doch: Sie ist Teil unserer Natur. Findet sie in Gesellschaft statt, legitimiert durch eine Gruppe, kann sie ungeahnte Lust wecken und tiefe Bedürfnisse befriedigen. Wie kommt es dazu? Zu Besuch bei zwei Fachmännern für Gewalt.

Text — **Bernd Eberhart**
Illustration — **Sophie Ketterer**

Sein letzter Kampf war sein schönster, sagt Hannes. Nach fünf Minuten ist er k.o. gegangen. Fünf Minuten, in denen er all die Schläge und Tritte kassierte, auf die er gewartet hatte. Sein Gegner hat das Letzte aus ihm heraus geprügelt, erzählt er. »Das fand ich gut.« Ein letzter Schlag gegen den Kopf. »Dann hat mein Gehirn gesagt: Jetzt geh'n wir schlafen.«

Eine Woche lang konnte Hannes kaum essen. Bei jedem Bissen schmerzte ihm der Kiefer und erinnerte ihn an das, was er mal haben wollte: einen Kampf, der größer war als sein Hunger auf das Kämpfen. Vor einem guten Jahr war das. In der Zwischenzeit hat sich Hannes auf andere Dinge konzentriert: auf seine Ausbildung, das Training im Karateverein, einfach mal im grünen Gras zu liegen. Auf das Leben bei Tageslicht.

Hannes ist ein Kämpfer. Keiner von denen, die sich mit Handschuhen boxen oder mit Judogriffen auf Turmatten werfen. Auch keiner von den harten



»Es gibt drei Möglichkeiten: aufgeben, gewinnen oder rausgetragen werden.«

HANNES

Mixed-Martial-Arts-Kämpfern, die sich derb vermöbeln für ein Publikum aus überdrehten Teenagern vor dem Fernseher. Hannes ist einer von den echten, den schmutzigen Kämpfern, die sich in Kellern und Hinterhöfen zu illegalen Fights verabreden; die sich so lange mit bloßen Fäusten schlagen, mit Knien und Füßen treten, bis es nicht mehr weiter geht. »Es gibt drei Möglichkeiten«, sagt er: »aufgeben, gewinnen oder rausgetragen werden.« Er habe meistens gewonnen.

Hannes kämpft für Geld – cash in die Faust, wenn er gewinnt. Und, viel entscheidender: Hannes kämpft für den Spaß. Für den Nervenkitzel, das Adrenalin. Für die Lust an Gewalt. Manche Menschen scheinen geradezu einen inneren Drang nach körperlicher Gewalt zu haben, während andere – in einem Land wie dem heutigen Deutschland sind das die allermeisten – einen großen Bogen um handfeste Auseinandersetzungen machen. In jedem und jeder Einzelnen von uns sind verschiedene Mechanismen angelegt, die zu körperlicher Aggression führen. Nur: Wann gibt unser Gehirn grünes Licht für Hiebe, Tritte und mehr? Wie kommt es, dass Hannes in seiner Freizeit auf Menschen einprügelt, bis sie bluten? Und dass andere morden und foltern, teilweise mit Genuss?

Wer nach der Gewalt in der Natur des Menschen sucht, kann durch Großstadtnächte streifen und durch schummrige Hinterhöfe. Oder an den Bodensee fahren, Haltestelle Reichenau. Hier, in der maximalen Campingplatzidylle, liegt das Zentrum für Psychiatrie der Universität Konstanz. Während die Teichrohr-

sänger durch das Wollmatinger Ried turnen, sitzt wenige Hundert Meter weiter Thomas Elbert in seinem kleinen Büro und erzählt von eingeschlagenen Köpfen, von abgeschnittenen Lippen, vergewaltigenden Soldaten und folternden Frauen. Fast 25 Jahre lang war er an der Uni Konstanz Professor für Klinische Psychologie und Neuropsychologie; seit ein paar Monaten versucht er zu emeritieren. In seiner Karriere war Elbert mit den grausigsten Gewalttaten konfrontiert, hat in Kriegs- und Krisengebieten auf vier Kontinenten mit Kindersoldaten, Mördern und Vergewaltigern gesprochen. »Es gibt keine Grenze für Gewalt«, hat Elbert dabei erfahren. Und doch seien die Menschen, mit denen er gesprochen hat, größtenteils keine Psychopathen oder Geistesranke. »Denen fehlt nichts«, sagt Elbert. »Sie haben nur gelernt, ihre Empathie besser auszuschalten.«

Psychopathen oder Menschen mit sogenannter »antisozialer Persönlichkeitsstörung« machen maximal drei Prozent der Bevölkerung aus – sie weisen eine stabile Störung der Emotionsverarbeitung und Fähigkeit zur Empathie auf, die sich meist auch an Hirnstrukturen und -aktivitäten erkennen lässt. Nach Thomas Elberts Einschätzung würden sich allerdings gut 80 Prozent der Menschen in bestimmten Szenarien, in Krisengebieten etwa, dazu bringen lassen, andere zu töten. Aggression lässt sich in fast jedem Menschen wecken.

Im Grunde lassen sich drei verschiedene Typen der Aggression unterscheiden: eine reaktive, die uns in Verteidigungshaltung gehen lässt. Eine instrumentelle Form der Aggression, die dazu dient, ein bestimmtes Ziel zu erreichen, etwa die Beute bei einem Banküberfall oder höheres Ansehen in einer Gruppe. Und letztlich gibt es die Aggression um der Aggression willen – die Lust an der Gewalt. »Wir sprechen von appetitiver Aggression«, sagt Thomas Elbert. Auch sie gehört zu unserer neuronalen Grundausstattung und hat ihre Wurzeln, davon geht der Psychologe aus, im Jagdverhalten: »Die Evolution hat uns zu Jägern gemacht.« Aber: Tagelange Verfolgungen über weite Strecken, Hunger, Durst, Anstrengung, Schmerzen – allein die ungefähre Aussicht auf Erfolg, irgendwann, irgendwo, erkläre nicht, warum jemand eine solche Tortur auf sich nimmt: »Schon die Jagd an sich muss Spaß machen« – sie muss den Jäger laufend für die Strapazen entlohnen. Nicht nur ein frisches Stück Fleisch, auch der Weg dorthin macht ihm Appetit.

Dafür sorgt ein Mechanismus im Gehirn, der auf ganz basale Art unser Überleben sichert: das Belohnungssystem. Es ist Teil des limbischen Systems, das der Verarbeitung von Emotionen dient, und seine Aufgabe ist es, vereinfacht gesagt, uns zu nützlichen Verhaltensweisen zu motivieren und diese zu verstärken – im

Prinzip kommuniziert es, dass für bestimmte Handlungen eine Belohnung zu erwarten ist. Hat der Mensch beispielsweise Durst und trinkt daraufhin, hat er damit sein Überleben gesichert. Das Gehirn lässt Endorphine und Oxytocin springen, Botenstoffe der Zufriedenheit und Freude. Motor des Belohnungssystems ist der Neurotransmitter Dopamin: Auf ihn reagieren jene Nervenbahnen, die verschiedene Bereiche des Systems verknüpfen.

Dieses innere System der Motivation lässt sich auch gezielt missbrauchen, etwa durch Drogen, die über verschiedene neuronale Abkürzungen für eine ungewöhnlich starke Stimulation der Dopaminrezeptoren sorgen. Und es lässt sich trainieren: Isst ein Kleinkind zum ersten Mal Schokolade, wird es künftig immer wieder danach verlangen – vermag die Süßigkeit doch im Nu alle Knöpfe zu drücken, die Hungergefühle ausschalten. Auch Befriedigung durch Sex und verschiedene seiner Spielarten ist erlernbar – und genauso ist es der Appetit auf Gewalt. Thomas Elbert geht davon aus, dass auch bei appetitiver Aggression die über Dopamin gesteuerten Nervenbahnen des Belohnungssystems aktiviert werden; vermutlich verstärkt Testosteron, das männliche Keimdrüsenhormon, diesen Mechanismus. Im Gegensatz zur reaktiven Aggression, die aus einem Gefühl der Angst und Bedrohung entsteht und stark negativ besetzt ist, weckt die appetitive Aggression positive Gefühle; sie sitzt genau im Zentrum der Lust. Und damit auch inmitten einer Rückmeldeschleife: Je mehr dieser positiv besetzten Gewalttaten ein Mensch erlebt, desto beglückender wird er sie empfinden – und desto öfter will er sie ausüben. Soldaten aus aller Welt haben dem Psychologen in ganz ähnlichen Worten von diesem Gefühl vorgeschwärmt, das sich im Kampf einstellen kann: dem sogenannten »Combat High« – einem wahren Rausch der Gewalt und des Tötens.

In den meisten Menschen jedoch löst Gewalt Abscheu und Entsetzen aus. Denn so sehr wir auch die chemisch übermittelten Belohnungen genießen, die unser Gehirn verteilt – wir sind unserem limbischen System keineswegs ausgeliefert. Ein rationales Gegengewicht stellt der präfrontale Kortex dar, jener hinter der Stirn liegende Bereich des Gehirns, der Informationen aus verschiedenen Bereichen zusammenführt und für die Planung komplexer Handlungen verantwortlich ist. Er prägt das Verhalten eines Menschen und reguliert dessen Emotionen. Auch den Appetit auf Aggression kann er zügeln. Vernunft und Moral haben die Gewalt meist gut im Griff.

Begegnet man Hannes auf der Straße, trifft man keinen Gangster, keinen Psychopathen, keinen abgehalfterten Amphetaminjunkie. Man trifft einen freundlichen Kerl Anfang 20, der sehr aufrecht geht. Dunkelblonde Haare, sauber getrimmter Bart,

»Es gibt keine Grenze für Gewalt.«

THOMAS ELBERT

feines Lächeln. Hannes ist weder besonders groß noch besonders breit, und besonders gefährlich sieht er auch nicht aus, abgesehen von der dunklen Lederkutte, die er extra für das Treffen angezogen hat. Nur hin und wieder gibt es diese Momente – eine schnelle Reaktion, ein Blick – in denen man merkt, dass man sich mit ihm nicht anlegen mag.

Hannes gehört zu einem Fight Club, einem Haufen Typen, die aus ihrer Faszination für den rohen Faustkampf eine Art Verein geformt haben. Freilich keinen eingetragenen, gemeinnützigen Sportverein – Hannes' Club taucht in keiner Vereinsdatenbank und auch in keiner Google-Suche auf. Doch er ist ein fester Verbund von Gleichgesinnten, mit einer strikten Hierarchie und Lederkuttchen, wie sie auch Rockergangs tragen. Welche Stadt und welcher Club auf seine Kutte gestickt sind, möchte Hannes nicht in einem Magazin lesen, genauso wenig wie seinen Nachnamen – oder seinen echten Vornamen. Zu sensibel reagieren seine Kameraden auf die Öffentlichkeit. Wegen der illegalen Kämpfe. Wegen der Wetten, die das Publikum auf die Kontrahenten abschließt. Und wegen diverser Geschäfte rund um den Club.

Hinter den Gleisen am Bahnhof einer mittelgroßen Stadt liegt eine alte Waggonhalle: eingetretene Scheiben, schlechte Graffiti, alte Autoreifen. Hannes schiebt eine verwitterte Holzwand beiseite und klettert ins Innere, Kies und Scherben knirschen unter seinen Schuhen. »Hier hatten wir vor zwei Jahren ein Event«, erzählt er. Kämpfer und Zuschauer seien aus allen Ecken Deutsch-

lands angereist. Im hinteren Teil der Halle sind Schächte in den Boden eingelassen, zehn Meter lang und gut anderthalb Meter breit. Inzwischen sind sie mit Kies gefüllt, damals waren sie das noch nicht. »Zwei Kämpfer und kaum Platz, das war unser Highlight. Da haben oben nur die Köpfe rausgeschaut.«

Hannes redet vom Kämpfen wie andere vom Fußball: Man macht sich warm, man ist nervös, man wartet, bis man dran ist. »Und dann geht's los. Ich gegen den. Ich zieh mein T-Shirt aus, wir klatschen uns ab. Und dann wird aufeinander eingedrückt.« Manche Kämpfe dauern zehn Minuten, erklärt Hannes, andere 20. »Und manche nur zehn Sekunden.« Diese Zeit aber ist kostbar: so fokussiert, so präsent, so vollkommen im Moment.

Im Club gelten strenge Regeln. Oberstes Gebot: Niemand kommt rein, der nicht dorthin gehört. Darum müssen Hannes' Erzählungen genügen für diesen Text, müssen die Berichte von Bekannten und die Recherchen über sein offizielles Leben als Indizien gelten für seine Geschichte, genauso die Zoraki, Kaliber 9 Millimeter, die er vorzeigt. Die Gaspistole trägt er meistens im Holster mit sich herum, samt kleinem Waffenschein. »Mit dem Club macht man sich nicht nur Freunde«, sagt er.

Auch im Kampf gelten Regeln. Verboten ist: in die Augen stehen. Auf den Hals schlagen. Unter die Gürtellinie treten. Alles andere ist erlaubt. Klopft ein Kämpfer ab oder liegt bewusstlos am Boden, ist Schluss. Offenbar haben sich hier Menschen



gezielt zusammengetan, um ihre Aggressionen einvernehmlich aneinander auszulassen und gegenseitig zu legitimieren. Sie haben dafür gesorgt, dass die Belohnungssysteme freie Bahn haben.

Anders ist das, wenn nicht alle Beteiligten einverstanden sind mit der Gewalt. Sind die Gehirnstrukturen intakt und nicht etwa durch schweren Drogenmissbrauch geschädigt, verlangt der präfrontale Kortex nach Argumenten, um seine Funktion als Appetitzügler zu pausieren. Und ein Grund, der die meisten Menschen von Gewalt abhält, ist die erwartete Verurteilung durch ihre Mitmenschen. »Die Angst vor einem sozialen Abstieg hält die Gewalt innerhalb von Normen und Grenzen«, erklärt Thomas Elbert. »Wenn ich aber von Anfang an keinen sozialen Status habe und auch keine Chance darauf, ist mein Risiko hoch, dass ich gewalttätig werde« – die Schwelle ist niedriger.

Auch greifen Täter oder Täterinnen auf verschiedene Tricks zurück, um moralische Hemmschwellen zu überwinden und ihre Handlungen zu rechtfertigen. Psychologen sprechen von einer Moralisierungslücke: Krawallbereite Rowdys etwa provozieren nicht selten einen ersten Schlag von einem ausgesuchten Opfer. Und der hebt sie dann über die moralische Schwelle hinweg – sie schlagen ja nur zurück.

Abseits der moralischen Hemmschwellen gilt es für Gewalttäter in modernen Gesellschaften aber noch ganz andere Hürden zu überwinden: die Gesetze – und das Gewaltmonopol des Staats. Entgegen aller Polizeiberichte und Horrormeldungen haben sich die Menschen noch nie so wenig Gewalt angetan wie heute. Der kanadisch-amerikanische Psychologe Steven Pinker nimmt sich in seinem nicht umumstrittenen Buch *Gewalt – Eine neue Geschichte der Menschheit* über 1.000 Seiten Zeit, um diese Theorie zu belegen. Erkenntnisse aus Archäologie, Anthropologie, Geschichtswissenschaft oder Evolutionsbiologie deuten alle in dieselbe Richtung: Je höher der Organisationsgrad einer Gesellschaft wird – von kleinen Gruppen über Stämme bis hin zu Staaten –, desto seltener bringen sich die Menschen gegenseitig um. Heute kommen in Deutschland auf 10.000 Todesfälle etwa acht Opfer eines Tötungsdelikts.

Im Naturzustand, mutmaßte der Philosoph Thomas Hobbes bereits im 17. Jahrhundert, sei der Mensch brutal und geplagt von ständiger Angst vor einem gewalttätigen Tod. Nur durch strikte Herrschaft könne dieser Zustand überwunden werden. Hobbes' Grundgedanke wird von der heutigen Wissenschaft gestützt: Zusammen haben wir den rohen Urzustand des Menschen überwunden, durch gesellschaftliche Ordnung und Gewaltmonopole.

Und zusammen kehren wir auch dorthin zurück. »Jede Gesellschaft hat ein Gewalteinschränkungsgebot«, sagt Thomas Elbert. »Wird das außer Kraft gesetzt, versinkt sie in unglaublichen Exzessen.« Die äußeren Hemmschwellen sind dann gefallen. Übrig bleiben nur die inneren – die natürliche Scheu davor, einen Mitmenschen zu verletzen. Es entsteht eine Dissonanz zwischen eigener Aggression und dem eigenen Handeln. Doch diese lässt sich durch Entschuldigungsstrategien überwinden: Als moralische Loslösung dient eine Herabwürdigung des Opfers; eine Distanzierung, Entmenschlichung, Dämonisierung. Entsprechende Stichworte gibt es aus allen Zeiten und Konflikten: Herrenrassen und Auserwählte einerseits, Untermenschen, Ungeziefer, Hexen, Kakerlaken, Ratten andererseits. »Gewaltausübung bedeutet die gezielte Regulation von Empathie«, erklärt Thomas Elbert. In einen Mitmenschen kann man sich einfühlen; in eine Kakerlake nicht. »Eine Dehumanisierung des Feindes, kombiniert mit der biologischen Anlage zu appetitiver Aggression, resultiert nicht nur in der Fähigkeit, den Feind ohne Empathie abzuschlachten. Sondern auch mit Lust.«

Diese Fähigkeit lässt sich trainieren. Und der Trainingszustand zeigt sich sogar in der Hirnorganisation: Bei geübten Gewalttätern verändern sich sowohl die Belohnungssysteme als auch jene Bereiche, die bei empathischer Einfühlung aktiviert werden. Vor allem bei jungen Menschen ist das Gehirn noch sehr formbar. Soll also ein echter Kämpfer aus einem Menschen werden, muss dieser möglichst früh gedrillt werden. Afrikanische Kindersoldaten sind meist zwischen zwölf und 16 Jahre alt, wenn sie rekrutiert und zu barbarischen Gewalttaten gezwungen werden. Die deutsche Armee etwa ist hier, rein neurologisch gesehen, im Nachteil: »Mit 20 kriegt die Bundeswehr keinen mehr«, bemerkt Elbert.

Für einige ist die Armee eine Möglichkeit, Gewaltbereitschaft legal auszuleben. Andere suchen ein Ventil im Untergrund. Aber auch im Zivilbereich gibt es Wege, den Appetit auf Aggression zu stillen, wie Thomas Elbert beschreibt: »Beim Sport, bei Gesellschafts- und Computerspielen, auf der linken Spur der Autobahn. Auch Finanzspekulanten sind gekapert von ihren Jagdinstinkten.« Man müsse schon akzeptieren: »Die Jagd steckt im Menschen. Und auch, andere zu töten.«

Die Lust an Gewalt aber werde tabuisiert und als krank bezeichnet, selbst die Wissenschaft hat aus Elberts Sicht die appetitive Seite der Aggression noch nicht hinreichend anerkannt. Die Gesellschaft brauche aber Wege, diese Lust zu regulieren: Gewisse Formen dürfen ausgelebt werden, andere nicht. »Und ähnlich wie beim Umgang mit Sex funktioniert das weder durch Verleugnung noch durch Tabus.«

»Die Jagd steckt im Menschen. Und auch, andere zu töten.«

THOMAS ELBERT

Hannes hat früh angefangen mit dem Kämpfen. Den Club gründete sein Großvater in den 1980er-Jahren. Schon als Kind war Hannes fasziniert von der Atmosphäre, den Wetten, den harten Typen. Schrittweise tastete er sich voran in dieser Welt, wie er erzählt. Erst als Zuschauer, dann als Laufbursche, mit 16, endlich, bei seinem ersten Kampf.

Fragt man Hannes, warum er denn kämpft, dann lacht er. »Um zu sehen, wie gut ich bin.« Und Schach oder Tennis, sowas sei ihm einfach zu langweilig. Zum Töten ist er trotzdem nicht bereit. Mit 18 ging er zur Bundeswehr, vier Monate lang war er in Afghanistan im Einsatz. Die Erlebnisse verfolgen ihn bis heute. »Nicht so sehr, was ich selbst gemacht habe. Aber was ich dort gesehen habe« – Gewalt, die Menschen unschuldig, ungefragt erfahren. Nach Diagnose eines posttraumatischen Belastungssyndroms hat er seinen Dienst vorzeitig quittiert.

»Es gibt doch viel zu viel Gewalt«, sagt er. »Und die meisten kümmern sich gar nicht drum.« Hannes dagegen gibt Unterricht in Karate, seit mehreren Jahren und ganz legal. »Kampfkunst«, wie er betont. Er will also mit Gewalt gegen Gewalt ankommen? Er nickt. »Das kann funktionieren. Weil man seine Gewalt nicht an irgendwelchen Menschen auf der Straße auslassen muss. Das wäre ein großer Fortschritt für die Gesellschaft.«

Seit Kurzem ist er wieder aktiv im Club. In ein paar Wochen, sagt er, hat er seinen nächsten Kampf.