



D € 9,70 / A € 9,70 / CH SFr 15,50

Nr. 184 | 2/2026

abenteuer
philosophie

abenteuer philosophie

Magazin für praktische Philosophie

Ausgabe 02
April – Juni 2026
Nr. 184

THINK GREEK:
Eine Kolumne
von C.Quarch

MACHT & MORAL - Gibt es gute Macht?

MACHT & MORAL

Gibt es gute Macht?

FREIHEIT – Ein fatales
Missverständnis und
seine globalen Folgen

Hans-Georg Gadamer
– Verstehen ist
(k)eine Kunst!

Das neue Herz von
Ägypten – Grand
Egyptian Museum

abenteuer philosophie



— Virtuelle Realitätsflucht – was oft freiwillig erscheint, ist in Wahrheit Suchtverhalten

FREIHEIT

Ein fatales Missverständnis und seine globalen Folgen

Es zieht immer mehr Menschen in seinen Bann und verbreitet sich weltweit ähnlich erfolgreich wie einst der neoliberale Kapitalismus: ein fatales Missverständnis von Freiheit, das selbst in der akademischen Welt kaum beachtet wird. Es begünstigt die Selbstzerstörung des Menschen und wirkt auf den ersten Blick sogar überzeugend. Seine Botschaft lautet: Wahre Freiheit ist Grenzenlosigkeit. Doch dies ist ein Irrtum – und das lässt sich sogar logisch beweisen.

TEXT Manuel Stelzl

DER BLINDE FLECK UNSERES FREIHEITSDENKENS

Es gibt mindestens drei nicht vergleichbare Begriffe von Freiheit, die auf verschiedene Bereiche von Freiheit verweisen. Wird einer dieser Bereiche übersehen, – und dies ist ein sehr verbreitetes Phänomen –, ist das jeweilige Verständnis von Freiheit irrtümlich. Der erste ist der Bereich politischer Freiheit. Hier geht es um das Verhältnis individueller Handlungsfreiheit zu uns übergeordneter, staatlicher

Gewalt. Der zweite ist der unserer Willensfreiheit. Dabei geht es um die Frage, inwiefern trotz biologischer Determination freie Willensentscheidungen möglich sind. Damit hätten wir unser verbreitetes Freiheitsverständnis bereits ausgeschöpft, weil wir heute in der Regel nicht daran denken, dass es darüber hinaus noch einen dritten Freiheitsbereich gibt, ohne den menschliche Freiheit unmöglich ist. Fragen Sie sich zunächst selbst, ob nicht auch Sie von jenem Missverständnis von

Freiheit betroffen sind, das nur zwei Freiheitsbereiche kennt. Denn dieses konstituiert inzwischen unsere gesamte Kultur auf fundamentale Weise – mit fatalen Folgen.

DIE DRITTE DIMENSION MENSCHLICHER FREIHEIT

Viele von uns wissen, dass Menschen meist dazu neigen, ihren Wünschen und Bedürfnissen nachzugeben. Das ist an sich noch kein Zeichen von Unfreiheit. Allerdings kann es sehr schnell eine innere Unfreiheit

PHILO Impuls-Bericht SCIENCE

Psychologische Freiheit ist nur möglich, wenn ein Mensch bewusst reflektierte Entscheidungen langfristig durchsetzen kann.

— Im Film *Matrix* muss Neo entscheiden, ob er lieber weiterträumen oder aufwachen will

besiegeln, nämlich ab dem Moment, da wir zum Sklaven unserer Wünsche und Bedürfnisse werden. Dazu kommt es, sobald Triebe, Bedürfnisse oder Wünsche in uns stärkeren Einfluss auf unsere Urteile und Handlungen ausüben als unsere nüchtern und bewusst erwogenen Entscheidungen. Wir sprechen hier von der psychologischen Dimension von Freiheit, die insbesondere bei Suchtverhalten sichtbar wird. Der Süchtige kann oft nicht anders, als seinem Konsum nachzugeben. Dabei gilt: Je stärker sein Verlangen, umso verzerrter ist meist seine Problemwahrnehmung, Urteilskraft und situative Handlungsfähigkeit. Doch auch außerhalb von Suchtverhalten gibt es gute Beispiele psychologischer Unfreiheit, wie etwa im Fall starker Ergriffenheit von Emotionen wie Angst, Zorn, Eifersucht oder Stolz. Diese Emotionen können einen stark einschränkenden Einfluss auf Selbstwahrnehmung, Urteilskraft und Handlungsoptionen ausüben. Immer wieder in der Geschichte gab es Menschen, die eher bereit waren zu töten, als Irrtümer in Bezug auf einen mit Stolz verbundenen, identitätsstiftenden Glauben zuzugeben, der sie mit einer geliebten sozialen Gruppe verband. Themenrelevante, unerwünschte Fakten werden dann automatisch ignoriert, verleugnet oder umgedeutet. Z. B. wären Schusswaffenmassaker in den USA großteils vermeidbar, wenn der private Schusswaffenbesitz dort nur unter extrem hohen Auflagen möglich wäre. Das Problem ist die psychologische Befangenheit vieler US-Bürger hinsichtlich patriotischer Identitätsgefühle, die sie

mit ihrem Recht auf Schusswaffenbesitz verbinden.

WAS IST PSYCHOLOGISCHE FREIHEIT?

Psychologische Freiheit ist von Willensfreiheit abzugrenzen, weil die Ausprägung ersterer von individuellen Lernprozessen abhängt und nicht allein biologisch erklärt werden kann. Psychologische Freiheit ist nur möglich, wenn ein Mensch bewusst reflektierte Entscheidungen auch unbeschadet von affektiven Neigungen langfristig durchsetzen kann. Sie betrifft sowohl die Bereitschaft, unerwünschte Tatsachen anzuerkennen als auch die Fähigkeit, konsequent Ziele zu verfolgen. Süchtige zeigen oft beachtliche Einsicht, wenn sie nüchtern und in Momenten geringen Konsumverlangens über ihre Haltung zur Sucht sprechen. Das betrifft sowohl stoffgebundene als auch Verhaltenssüchte, gilt aber auch darüber hinaus. Menschen etwa, die von Emotionen wie Angst oder Wut erfüllt sind und sich ihre Meinung zu strittigen politischen Themen über Social Media bilden, können leicht übersehen, dass sie dort mit genau jenen Informationen versorgt werden, die ihre eigenen Vorurteile verstärken, wodurch sie leichter steuerbar werden (etwa nutzten am Sturm aufs US-Kapitol beteiligte Trump-Anhänger Social Media als Infoquellen). Ein psychologisch freier Mensch würde den Einfluss starker Emotionen auf seine Problemwahrnehmung meiden, um möglichst nüchtern zu seinen eigenen Überzeugungen zu gelangen. Psychologische Freiheit betrifft



— Die freiwillige Degeneration
des Menschen trotz technologi-
schen Fortschritts – ein Sinnbild



daher nicht nur die Freiheit von Bedürfniszwängen im Handeln, sondern auch das Erkennen und Zurückdrängen des Einflusses bedürfnisorientierten Wahrnehmens und Denkens auf die eigene Beurteilung der Wirklichkeit. Dies erfordert die Fähigkeit zu Selbstreflexion, Disziplin und Selbsterkenntnis – Fähigkeiten, die umso leichter abbauen, je stärker digitale Hilfsmittel bedürfnisorientiertes Wunschen fördern.

WARUM PSYCHOLOGISCHE FREIHEIT GERADE HEUTE SCHWER ERREICHBAR IST

1. Psychologische Freiheit wird üblicherweise nicht als notwendige Dimension menschlicher Freiheit erkannt – weder in unserem Lebensalltag noch an Universitäten. Das ist insbesondere auf ein Defizit der akademischen Philosophie zurückzuführen, obwohl es ganz klare Vordenker dieser Freiheitsdimen-

sion gibt wie etwa Platon, Aristoteles, die Stoiker oder Immanuel Kant.

2. „Die Grenzen meiner Sprache bedeuten die Grenzen meiner Welt“, lautet ein berühmter Satz Ludwig Wittgensteins. Gemeint ist, dass für uns kaum existiert, was wir nicht klar benennen können. Das ist ein Defizit unserer Sprache – obwohl es heute bildungsspezifisch kaum etwas Wichtigeres gibt, als sich der Folgen psychologischer Unfreiheit und dadurch bedingter Manipulierbarkeit voll bewusst zu werden.
3. Solange wir psychologische Unfreiheit nicht erkennen, sind wir ein leichtes Opfer von Großkonzernen, die uns mithilfe eines „addictive design“ ihrer Produkte manipulieren. Folge ist eine Pandemie Internet-, Social-Media-, Smartphone- und Gaming-süchtiger Menschen, die Bequemlichkeit/Realität

flucht der „mühsamen“ Auseinandersetzung mit realen Menschen vorziehen und dabei entscheidende Fähigkeiten abbauen (z. B. Empathie, Geduld, Kritikfähigkeit, Kompromissbereitschaft, Impulskontrolle, Konfliktlösungskompetenz).

DIE LOGISCHE STRUKTUR JENES IRRTUMS

Grenzenlosigkeit kann für Menschen unmöglich Freiheit bedeuten. Da dieser Irrtum allerdings weltweit stark verbreitet ist, soll dies nun rein logisch gezeigt werden. Das Argument lautet:

- A. Menschliche Freiheit umfasst sowohl politische als auch Willensfreiheit und psychologische Freiheit.
- B. Psychologische Freiheit ist eine notwendig zu erfüllende Bedingung für menschliche Freiheit.
- C. (B) ist genau dann erfüllt, wenn ein

Mensch fähig und willens ist, nötigenfalls auch gegen seine inneren Neigungen (Wünsche, Bedürfnisse, affektive Emotionen, Triebe) und unabhängig von manipulativen Hilfsmitteln zu eigenen wohlreflektierten Urteilen und Einstellungen zu gelangen und in Übereinstimmung mit diesen zu handeln.

- D. Grenzenlosigkeit würde bedeuten (B) aufzuheben (weil Grenzenlosigkeit auch Maßlosigkeit im eigenen Konsum und Ergebnisheit gegenüber eigenen Trieben, Instinkten und Wünschen bedeutet).
- E. Ergo gilt: (I) Grenzenlosigkeit kann für Menschen unmöglich Freiheit bedeuten und (II) Menschen, die (C) nicht erfüllen, können nicht frei sein (egal wie viel Geld, politische Macht, Follower oder Konsummöglichkeiten sie auch haben mögen).

Selbst ein König, der Sklave seiner Bedürfnisse ist, kann nicht frei sein. Es ist wichtig zu erkennen, dass die logische Struktur des Irrtums, Grenzenlosigkeit bedeute Freiheit, auf die Idee zurückgeht, dass Grenzen Freiheit widersprechen. Genau das ist jedoch ein Irrtum, weil wir zu hilflosen Konsumsklaven und zudem leicht manipulierbar werden, wenn wir Konsumwünschen und Wunschdenken keine Grenzen setzen.

DIE PRAKTISCHE WIDERLEGUNG ...

... wird verständlich, wenn wir erkennen, dass viele technologische Errungenschaften der letzten Jahrzehnte (C) torpedieren. Denn wir verlieren zunehmend an psychologischer Freiheit – einer Voraussetzung für Autonomie – wenn unsere Nutzung dieser Hilfsmittel zu einem Abbau für Autonomie benötigter kognitiver Fähigkeiten führt. Es gibt viele praktische Beispiele dafür. Manche Dienstleistungen befördern im Interesse ihrer Hersteller Suchtverhalten mithilfe von Algorithmen, die unsere Schwächen und Sehnsüchte ausnutzen (Social Media, Virtual Reality Experiences, Dating-Apps, Pornografie etc.). User verstärken ihre Abhängigkeit, indem sie diese maßlos konsumieren. Doch Maßlosigkeit ist kein Gewinn an Freiheit, sondern Ausdruck psychologischer Unfreiheit. Auch psychische Krankheit kann das langfristige Ergebnis dieser Maß- und Orientierungslosigkeit sein, welche durch immer verlockendere Angebote gefördert wird. Dies wird zudem dadurch begünstigt, dass es unserer Gegenwartskultur an einem Bildungsfach fehlt, das Selbstwissen über eigene Schwächen, Neigungen und individuelle Suchtanfälligkeiten gezielt vermittelt. Dies wäre aber wichtig, um immer verlockendere Hilfsmittel so nutzen zu können, dass wir dadurch nicht langfristig individuell und

Selbst ein König, der Sklave seiner Bedürfnisse ist, kann nicht frei sein.

als Gesellschaft Schaden nehmen. Zudem verstehen wir manipulations- und überflussbedingt immer schlechter, was wir wirklich brauchen und was nicht.

Weltweit leben immer mehr Menschen in Großstädten in Singlewohnungen, weil es bequemer ist, alleine zu leben und sich einfach hinzuzukaufen, was scheinbar fehlt, als Bindungen einzugehen. Laut der Ökonomin Noreena Hertz gibt es inzwischen einen ganzen „Wirtschaftszweig der Einsamkeit“. Langfristig hat das jedoch denselben Effekt auf uns wie immer verlockendere, virtuelle Welten, die wir täglich konsumieren: Ohne jenes Selbstwissen und ohne erfolgreiches Maßhalten verlieren wir an entscheidenden Fähigkeiten und damit an Freiheit und Menschlichkeit. Der Anschein, dass wir durch Chatbots, Hugging Partner-, Rent a Friend-Agenturen, KI-gesteuerte Hologramme oder Roboter an Freiheit gewinnen, ist

— Virtuelle oder reale Welt – wo-
für wollen wir in Zukunft leben?



trügerisch. Der kurzfristige Gewinn an Handlungsfreiheit kann langfristig leicht einen Rückgang sozialer Fähigkeiten und psychologischer Freiheit befördern. Dies wird sich auch auf die Stabilität demokratischer Systeme auswirken. Denn diese sind auf Bürger angewiesen, die ohne technische Hilfsmittel Argumente formulieren, als Familien miteinander leben sowie geduldig, aufmerksam und empathisch miteinander diskutieren können.

FREIE MENSCHEN BRAUCHEN UND RESPEKTIEREN GRENZEN

In unserer Gegenwartskultur wird Maßlosigkeit und Orientierungslosigkeit als Freiheit und Gier als Tugend missverstanden. Wahre Fremdbestimmtheit wird hingegen oft übersehen. Entsprechend glauben wir nur allzu gerne individuell und autonom zu sein, ohne zu merken, wie stark wir inzwischen unser Urteilen lieber Social Media und KI überlassen. Wir befinden uns an einem Wendepunkt der Geschichte, weil die realen Folgen des Irrtums, Frei-

heit bedeute Grenzenlosigkeit, für uns alle existenzbedrohlich werden – nicht nur ökologisch. Länder wie die USA haben an Freiheit verloren, seitdem deren Bevölkerung die Lügen ihres Präsidenten weniger beachtet als die Gefühle, die er auslöst. Superreiche gewinnen dort immer mehr an politischem Einfluss, technologischer Macht und freuen sich über unser Unwissen, Manipulierbarkeit und Ablenkbarkeit um ihre eigene Agenda voranzutreiben. Psychologisch freie Menschen brauchen eine Urteilskraft, die sich der Willkür ihres Wunschenkens entzieht. Autonome Menschen brauchen Grenzen des Konsums, um Suchtverhalten vorzubeugen, und ausreichend Disziplin, um eigene Ziele erreichen zu können. Wer seine Ziele oder Werte verfehlt, weil er spontanen Bedürfnissen zu oft nachgibt, hat an Freiheit verloren, nicht gewonnen. Eine komplexe Emotion, die die eigene Urteilskraft manchmal hingegen sogar erweitern könnte, ist die Liebe. **ap**

LITERATURHINWEIS:

Noreena Hertz: Das Zeitalter der Einsamkeit. Über die Kraft der Verbindung in einer zerfaserten Welt. Hamburg: Harper Collins, 2021

Manuel Stelzl: Dopamine Economy und die Folgen für die Gesellschaft. In: abenteuer philosophie Ausgabe Nr.180, 2/2025



Manuel Stelzl, MA, schreibt seit 2010 für abenteuer philosophie. Er verfasste diesen Artikel, um auf absehbare Herausforderungen der Bildung junger Menschen hinzuweisen, die ein Leben ohne Smartphone und Internet nie kennengelernt haben

— Bedürfnisverwirrung und algorithmische Manipulation
– kontrollieren Digitalkonzerne bald wie wir denken?

