

**Anton Burger**

**Spuren zu einem richtigen  
im falschen Leben**

λογος



Die Open-Access-Stellung der Datei erfolgte mit finanzieller Unterstützung des Fachinformationsdiensts Philosophie (<https://philportal.de/>)



Dieses Werk ist lizenziert unter der Creative Commons Attribution 4.0 Lizenz CC BY-SA (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). Die Bedingungen der Creative-Commons-Lizenz gelten nur für Originalmaterial. Die Wiederverwendung von Material aus anderen Quellen (gekennzeichnet mit Quellenangabe) wie z.B. Schaubilder, Abbildungen, Fotos und Textauszüge erfordert ggf. weitere Nutzungsgenehmigungen durch den jeweiligen Rechteinhaber.



DOI: <https://doi.org/10.30819/4449>

Spuren zu einem  
richtigen im falschen Leben

Dieses Buch widme ich in Dankbarkeit  
meinen Eltern *Helene und Anton Burger*  
sowie meinem akademischen Mentor  
und Vorbild *Professor Karl Kratzl*.

Anton Burger

Spuren zu einem  
richtigen im falschen Leben

*Univ.-Prof. Dr.mult. Anton Burger*  
anton.burger@ku-eichstaett.de  
anton.burger@aon.at

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Copyright Logos Verlag Berlin GmbH 2017  
Alle Rechte vorbehalten.

ISBN 978-3-8325-4449-2

Logos Verlag Berlin GmbH  
Comeniushof, Gubener Str. 47,  
10243 Berlin  
Tel.: +49 (0)30 42 85 10 90  
Fax: +49 (0)30 42 85 10 92  
INTERNET: <http://www.logos-verlag.de>

## Inhaltsverzeichnis

<i>Vom richtigen und falschen Leben bei Adorno</i>	9
<i>Was tun im falschen Leben?</i>	11
<i>Die Sehnsucht nach dem verlorenen Glück der Kindheit</i>	21
<i>Spielen, Schenken und ihr Zauber – „Übungen zum richtigen Leben“</i>	29
<i>Ja zum Leben sagen</i>	31
<i>Das Böse wollen, um das Gute zu schaffen?</i>	35
<i>Unsichtbare Hand und Lebenskunst</i>	43
<i>„Erde aus Granit“ und Adornos (Selbst-)Beschädigung</i>	44
<i>Zur Frage der Authentizität im Leben</i>	47
<i>Den Garten der inneren Bilder kultivieren</i>	53
<i>„Raupen“ und „Schmetterlinge“ im Garten des (Liebes-)Lebens</i>	55
<i>Zur Frage der Integrität im Leben</i>	57
<i>Der „böse und der gute Trieb“ und ihre Steuerung</i>	62
<i>Zum Neid: seine Zerstörungskraft und seine Überwindung</i>	66
<i>Ich oder Du? Zur Balance von Selbst- und Nächstenliebe</i>	74
<i>Sich befreien und seine inneren Bilder pflegen</i>	81
<i>„Rüpel-Land“, Kant &amp; Küng</i>	85
<i>„Rüpel-Land“ und Hinwendung auf das Du</i>	96
<i>Die Hinwendung auf das Du um die Pflege von Feinden ergänzen?</i>	112
<i>Versöhnung mit dem Falschen, mit der Polarität des Lebens</i>	115
<i>Alltag – Arrangement, Flucht oder Hinwendung?</i>	118
<i>Angst treibt zum Leben an</i>	122

---

<i>Die Hinwendung auf ein Etwas – die „Bedeutung“ von Sachen und Aufgaben</i>	125
<i>Existenzielle Leere und Selbsttranszendenz</i>	134
<i>Die Antwort auf die Frage des Lebens: subjektiver Sinn</i>	136
<i>Das Warum und das Wie des Lebens – ohne Spannung kein Leben</i>	137
<i>Die Perspektive des Abschiednehmenden (des Sterbebettens, des abtretenden Gastes)</i>	138
<i>Die Absurdität (Sinnlosigkeit) des Lebens ertragen?</i>	142
<i>Die Haltung zum Leben – Freiheit und Verantwortung</i>	143
<i>Narzissmus beschädigt</i>	147
<i>Fairness und Empathie in der Lebenskunst</i>	150
<i>Die Erkenntnis der (Sinn-)Leere: das Leben als leidvolles, langes und vergebliches Warten (auf Godot)</i>	153
<i>Trost im Leben finden</i>	155
<i>Für Trost, Glück und Sinn von Religionen lernen?</i>	159
<i>Mangel und Lebenskunst</i>	164
<i>Kein objektiver Sinn – das freie Leben</i>	167
<i>Kein objektiver Sinn: das absurde Leben und der revoltierende Mensch</i>	170
<i>Polarität des Lebens: der integrierende Mensch</i>	178
<i>Reflektiertes Negativ-Denken und heitere Gelassenheit</i>	183
<i>Erst der Tod führt zum Leben</i>	186
<i>Dem freien und absurden Leben subjektiven Sinn abgewinnen</i>	191
<i>Sinn- und glückorientierte Lebenskunst</i>	193
<i>Sinn und Glück auf vier Ebenen</i>	196
<i>Sinn entwickeln und Sinnräuber</i>	202
<i>Sinn und Glück über Geld entwickeln?</i>	204



---

<i>Glück und Sinn durch „Pendeln um die Goldene Mitte“</i>	205
<i>Für Sinn und Glück arbeiten?</i>	208
<i>Sinn aus Erwerbsarbeit?</i>	209
<i>Hinwendung – aus Mitgefühl (Schopenhauer) und aus Vernunft (Kant)?</i>	211
<i>Das geliehene Leben oder das Leben als „kreditfinanzierte Investition“</i>	219
<i>Achtsamkeit und Sorge – für das Ich, für ein Du und für ein Etwas</i>	225
Quellennachweise	231
Abbildung 1: Umgang mit dem falschen Leben	20
Abbildung 2: Guter Trieb, böser Trieb	64
Abbildung 3: Sinn- und glückorientierte Lebenskunst	195
Abbildung 4: Durch Hinwendung Glück und Sinn auf vier Ebenen	201
Abbildung 5: Die Ausgaben und Einnahmen des Zahlungsstroms Leben	223



## Vom richtigen und falschen Leben bei Adorno

Im Jahr 1951 veröffentlicht *Theodor W. Adorno* (1903 bis 1969) seine „*Minima Moralia*“, eine Sammlung von Aphorismen, die er mit dem Untertitel „Reflexionen aus dem beschädigten Leben“ versieht.<sup>1</sup> Ein großer Philosoph des 20. Jahrhunderts ist bis in jede Faser seines Körpers erschüttert, ja traumatisiert vom vorangehenden Leiden und Sterben in der nationalsozialistischen Zeit; sein Aphorismus 118 endet mit dem berühmten Satz: „*Es gibt kein richtiges Leben im falschen.*“ Dieser Form des Satzes gingen zwar andere Formulierungen voraus, der Satz ist letztlich zum Sinnbild einer völlig verirrten menschlichen Zivilisation geworden, in der es für den Menschen keinen heilen Ort, keine Zufluchtsmöglichkeit mehr geben, wo er ein richtiges Leben nicht mehr bejahen und führen könne, ohne ein unsensibler und ignoranter Verdränger zu sein. Das falsche Leben ist allgegenwärtig und totalitär geworden.<sup>2</sup>

Der nach den Verwerfungen der bisherigen Geschichte nun wohl endgültig obdachlos gewordene Mensch braucht Asyl. Das unfassbare und unerträgliche Tun des oder besser so vieler Menschen in ihrer Geschichte vermittelt das düstere Bild einer gefallenen Zivilisation, es konstituiert eine ungeheure Last des Falschen und führt zur Frage, in welcher Wohnung und wie sich der Mensch auf dieser Welt überhaupt noch einrichten könne. Lassen sich in diesem von Grund auf schwer beschädigten Leben, in diesem augenscheinlich falschen Leben doch noch Wege zu einem richtigen Leben im falschen – finden oder entwickeln? Falls nicht, ist der Mensch dem totalitär Falschen anheimgefallen.

Die These vom falschen Leben bietet in ihrer totalitären Form nicht die Möglichkeit eines Auszugs (eines Exodus) und nicht die hoffnungsvolle Aussicht auf einen Einzug (einen Eisdodus) in eine gute Welt. Die These, wonach der Mensch aus seiner Geschichte nur das lernen könne, aus ihr nichts zu lernen, passt zu diesem Gedanken. Diese Historie ist zu einem guten Teil eine Geschichte der Grausamkeit, der Barbarei, der Folter und der Gewalt, des Überfalls und des Krieges. „*Homo homini lupus*“ – der Mensch ist dem Menschen ein Wolf, kein Mensch – zitiert und resümiert *Thomas Hobbes* (1588 bis 1679), der allerdings, und das wird in der Regel übersehen, auch eine Perspektive des Auswegs bietet. Wegweiser zu Wegen aus dem Falschen wurden und werden aufgestellt, doch angesichts schwerster vergangener und aktueller Verwerfungen muss man feststellen, die Menschheit wandle fernab solcher Wege. Die unvorstellbaren Gräueltaten zweier Weltkriege, diese Erfahrungen von Barbarei führten etwa zur Erklärung universeller Menschenrechte, doch kriegerische Auseinandersetzungen und Gewalt als Mittel zur Konfliktlösung zählen auch heute zum Alltag, ein Blick in das östliche Europa oder in den Nahen und Mittleren Osten reicht, um diesen Eindruck zu untermauern.

Die geschichtsphilosophische Frage, ob sich der Mensch in seiner Geschichte im Großen und Ganzen zum Besseren entwickeln konnte, diese Frage zu bejahen, das ist eine wohl nur schwer überbietbare Schönfärberei. Des Menschen Wege sind von Blut gesäumt, nein, sie sind in Blut getränkt, sie sind Wege des – selbst verschuldeten – Leidens und Sterbens. Gewalt und Krieg sind eine „dauernde Konstante des Menschseins“<sup>3</sup>, der Mensch selbst erscheint in der Geschichte als „eine Art Bombe, eine Fehlkonstruktion, die jederzeit hochgehen kann“<sup>4</sup>. Jede Epoche hat ihre Gewalt und ihren Terror: Gemetzel durch marodierende Heere, Todesstrafen, Weltkriege und der heutige Suizidterror. So wie in komplexen Organismen „Krebs“ als Versagen der Zellintegration entstehen kann, so bedrohen Gewalt und Terror als Infektionen das verletzbare Gewebe des modernen liberalen Staates.<sup>5</sup>

„Wie wohnen, wie sich einrichten?“, fragt der im Falschen verhedderte Mensch der Moderne. Ist er ignorant und arrogant, wenn er trotz der Verfehlungen ein richtiges Leben führen will? Die Rede vom „falschen“ Leben des Menschen weist eine – auch *Adorno* bewusste – Paradoxie, eine weiche Sicht von „richtig“ und „falsch“ und eine unter Umständen fatale Konsequenz auf:

*Zur Paradoxie:* Wenn das Leben falsch ist, dann ist das Ganze nur falsch; im falschen Leben kann man keinen richtigen Satz bilden. Ist dann der Satz vom falschen Leben ebenso falsch? Offenbar verlangt die Rede vom falschen Leben eine Außenperspektive, eine Sicht von außen auf das Ganze und mithin auf das menschliche Leben. Der Satz „es gibt kein richtiges Leben im falschen“ dürfte allerdings, um nicht ebenfalls falsch zu sein, nicht Teil des Ganzen sein, er müsste zusätzlich zum Ganzen vorliegen, aber dann kann das „Ganze“ nicht mehr das Ganze – einschließlich des besagten Satzes – sein. Nur ein Außen, ein außerhalb des Ganzen Stehender kann Leben für falsch erachten, so wie – um mit *G. W. F. Hegel* (1770 bis 1831) zu sprechen – ein Theaterbesucher die Guckkastenbühne überblickt. Legt der Mensch seinen Fokus auf das und auf sein Leben, dann müssten diese Reflexion und ihr Ergebnis von der Rede vom falschen Ganzen, vom falschen Leben ausgenommen sein, um nicht ebenfalls falsch zu sein. Oder ist das falsche Leben nicht nur falsch?<sup>6</sup>

*Zur Sicht von „richtig“ und „falsch“:* Im Kontext des Lebens von „richtig“ und „falsch“ zu sprechen, würde bei einem mathematischen Verständnis eine eindeutige Einordnung verlangen: Entweder ist das (ganze) Leben richtig oder es ist falsch. Sieht man in „richtig“ und „falsch“ allerdings bloß eine *semantische Zuspitzung*, so können „richtig“ und „falsch“ graduell abgestuft werden: Das Leben mag dann Merkmale *sowohl* eines richtigen *als auch* eines falschen Lebens tragen. Der Grad des Richtigen bzw. Falschen wird während des Lebens von den jeweiligen konkreten Lebenssituationen abhängen, eine endgültige Klassifikation auf dem Kontinuum zwischen richtig und falsch ist erst nach dem Leben im Rahmen einer retrospektiven Reflexion möglich.

*Zur fatalen Konsequenz:* Die Rede vom falschen Leben befreit von dem Streben nach einem richtigen Leben. Das Leben ist vollends falsch, es ist absurd, es besteht kein Raum für ein richtiges Leben, folglich kann man unbekümmert, unreflektiert leben, das Leben versinkt in *Beliebigkeit*. Man kann alles machen, was einem möglich ist, man kann einfach das Falsche tun, moralische Bedenken haben keinen Platz.<sup>7</sup> Dieser – angenommene – *Dispens vom richtigen Leben* liegt in der Empirie dem Umgang zwischen Menschen und zwischen Staaten wohl sehr oft zugrunde. Oder ist das falsche Leben nicht nur falsch?

Die Paradoxie, die graduelle Abstufung von richtig falsch und die fatale Konsequenz der Rede vom falschen Leben, waren *Adorno* bewusst. Erst die Überhöhung, die Zuspitzung seiner Aussage, die Pointe machten den Satz berühmt. Wer auf *Adorno* und sein Werk wohlwollend blickt, wird ihn seiner Wendung vom falschen Leben wegen nicht als melancholischen oder gar depressiven Kulturpessimisten ansehen und als solchen entweder preisen, sofern man von der Absurdität des Lebens überzeugt ist, oder verunglimpfen, weil der Satz logische Verwicklungen produziert. *Adorno* sieht das Sein als ein kostbares Geschenk, ein Geschenk, zu dem man trotz seiner Mängel Ja sagen kann; die Rede vom falschen Leben ist vor seinem lebensbejahenden, also seinsaffirmativen Hintergrund zu denken!<sup>8</sup>



## Was tun im falschen Leben?

### *Der schnelle Weg aus dem falschen Leben (1):*

**D**ass die Welt und das menschliche Leben in ihr durch und durch falsch sein könnten, wird nicht erst seit *Adorno* überlegt. Die „Abgrund-Einsicht“ prägt schon die sog. Gnostiker<sup>9</sup>. Dass die Welt eine durch und durch falsche sei, die nicht das Werk eines guten und allmächtigen Schöpfers oder Gottes sein könne, illustrierte etwa der frühe Gnostiker *Marcion* ironisch an der bloßen Existenz von Stechmücken, von Schlimmerem erst gar nicht zu reden; eine solche Welt könne nur das Werk böser oder falscher Kräfte sein, eine wahre und richtige Welt würde schlichtweg anders aussehen.<sup>10</sup>

In einer Welt voll Hunger und Durst, voll Armut und Elend, voll Sünde und Krieg, voll Katastrophen und Schmerzen, in der alles Leben von Geburt an dem schlimmen Schicksal des Sterbens und des Todes geweiht ist, könne der Mensch niemals heimisch werden. Der Mensch fühlt sich als ein Weltfremder, er ist hier nicht zu Hause, deplatziert und er möge folglich so schnell wie möglich aus dieser Welt ausziehen, auf das Falsche mit seinem Auszug in der Gestalt des selbst gewählten und vorzeitigen *Exitus* (Todes) antworten. Dieser *Exitus* bedeutet den Einzug (*Eisodus*) in die vermeintlich eigentliche, die wahre und die richtige Welt.

Der Weg des Exodus bedeutet in seiner radikalen Ausprägung, sich im Zeitpunkt der Erkenntnis zum falschen Leben von der Welt abrupt und vollumfänglich abzuwenden, also das irdische Leben vorzeitig und damit gewaltsam zu beenden. Die Selbsttötung ist hier die Antwort auf das falsche Leben, sie erscheint als ein Akt der Befreiung aus dem falschen irdischen Leben. Ggf. geht diese Befreiung mit der Hoffnung auf ein kommendes richtiges Leben einher.

Ist dieses richtige, offenbar außerirdische Leben eine Art *Paradies*? Die Menschheitsgeschichte ist gefüllt mit Erzählungen über ein (verloren gegangenes und wiederzugewinnendes) *Paradies*. Ist der Mensch aus dem ursprünglich richtigen Leben seiner Überheblichkeit wegen, der er dank seiner Entscheidungsfreiheit anheimfallen konnte, aus dem *Paradies* – nicht vertrieben, sondern – weggeschickt worden, wie es in der hebräischen und im ersten Teil der christlichen Bibel in höchstwahrscheinlich korrekter Übersetzung des Urtextes heißt? Die endzeitliche (eschatologische) Perspektive der meisten Religionen zielt auf ein Leben jenseits der diesseitigen Dimensionen von Raum und Zeit, eben auf eine Art von *Paradies*. Da der Mensch (oder zumindest der Großteil der Menschen?) in seinem Denken nicht wirklich, also nicht ohne „geistige Verrenkungen“ außerhalb von Raum und Zeit treten kann, ist die Beschäftigung damit wohl nicht wirklich ersprießlich, um im Sinne von *Immanuel Kant* (1724 bis 1804) zu sprechen. Die zum Teil sehr blumigen bildhaften Erzählungen in religiösen Büchern wie der Bibel oder dem Koran handeln dabei von großen Festmählern, bei denen edle Speisen und Weine gereicht werden, von Weinlauben, Rebstöcken und Weintrauben wie Perlen, gar von *Paradiesjungfrauen* (im Koran), die dort philologischen Untersuchungen zufolge allerdings „paradiesische Weintrauben“ darstellen sollen.<sup>11</sup>

Das *Paradies* wird in einschlägigen Erzählungen meist mit gar weltlichen Vorstellungen des irdischen Lebens verknüpft, ein Leben, das man mit dem radikalen Exodus aber endlich hinter sich bringen will, was einen gewissen Widerspruch aufweist.<sup>12</sup> Wenngleich den Beschreibungen des *Paradieses* durch den Menschen zugute zu halten ist, dass er sich nur in seinen

Dimensionen ausdrücken kann, ihm also gar keine anderen Mittel zur Verfügung stehen. Was soll er anderes tun, als die Hoffnung, die endgültige Erlösung mit seinen Worten, mit seinen Tönen und mit seinen Bildern zu umschreiben?

Angesichts überschwänglicher Beschreibungen des Paradieses kann der gläubige Mensch von einer *Sehnsucht* nach dem richtigen Leben, nach einem radikalen Exodus aus dem „Jammertal“ und einem Eisodus in diese Sphäre erfasst werden. Nur Wegweisungen, wie etwa die biblischen „Gebote“ zu sehen sind, also Wegweisungen zu einer Wertschätzung des irdischen Lebens und der Welt als Leihgabe, über die er nicht völlig frei verfügen könne, vermögen ihn vom vorzeitigen Schritt aus dem falschen Leben abzuhalten. So manche religiöse Gruppe inszenierte angesichts ihrer Abgrund-Einsicht allerdings auch schon kollektive Selbsttötungen.

Wählt ein Mensch für sich den Exodus aus dem falschen Leben aus freien Stücken, so mag dies zunächst, also unter Beiseite-Lassen theologischer und philosophischer Einwendungen gegen eine Selbsttötung, nachvollziehbar erscheinen. Sobald allerdings ein Mensch durch andere Menschen oder durch systemische Gewalt zu einem solchen Schritt gedrängt wird, liegt – nach dem heutigen Verständnis von Menschenrechten (zumindest in der westlichen Welt) – ein schwerwiegender und keinesfalls gutzuheißender Eingriff in das Leben von Menschen vor. Der Einwand hierzu, das Leben hier und jetzt wäre ohnehin falsch, bedeutet ein totalitäres Regime. Wenn etwa Menschen auf ihrem Weg in das Paradies gewaltsam andere, vielleicht sogar Tausende von Menschen „mitnehmen“ wollen (erweiterte Selbsttötung), wie z. B. bei den Anschlägen auf die Zwillingstürme des World Trade Centers in New York 2001, dann wird die Freiheit des Menschen missachtet, über sein Leben selbst zu reflektieren, es mithin selbst als richtig oder falsch (mit allen graduellen Abstufungen) zu sehen und selbst über die Konsequenzen seiner Einstufung seines Lebens zu entscheiden.

Nach *Arthur Schopenhauer* (1788 bis 1860), der wegen seiner pessimistischen Weltsicht auch als „Philosoph des Katzenjammers“<sup>13</sup> bezeichnet und diskreditiert (?) wird, hätte der Dichter *Gottfried Ephraim Lessing* den Verstand seines Sohnes bewundert, der sich nach einer gewaltsamen Zangengeburt eilig wieder davonmachte. *Schopenhauer* macht sich auch Gedanken über die Einstufung des Lebens als Geschenk, als Lektion und als Schuld.<sup>14</sup>

(1) Die Einstufung des Lebens als *Geschenk* sei problematisch: Ein Geschenk würde man vor der Annahme genau anschauen und prüfen können, ggf. würde man sich ablehnend bedanken. Beim Geschenk Leben wird der Mensch nicht gefragt, insofern könne nicht von einem Geschenk die Rede sein. Auch aus moderner zivilrechtlicher Perspektive ist anzumerken, dass die Schenkung ein zweiseitiges Rechtsgeschäft ist und die Annahme durch den Beschenkten voraussetzt, also auch abgelehnt werden kann.

(2) Auch die Einstufung des Lebens als *Lektion* verwirft der Philosoph, denn darauf könne jeder antworten, lieber in der „Ruhe des allgemeinen Nichts“ verbleiben zu wollen. Und wenn dann auch noch eine Art Rechenschaft für das Leben – vielleicht sogar in Gestalt eines Gerichts – abzulegen sei, dann müsse es dem Menschen schon erlaubt sein, selbst einmal Rechenschaft darüber zu fordern, warum man der „Ruhe des allgemeinen Nichts“ entrissen und warum man in ein so schmerzvolles Leben mit einem noch schmerzvolleren Tod versetzt wurde.

(3) Das Leben als *Schuld* zu sehen, hieße, mit der Zeugung einen Kontrakt zu schließen oder besser aufgezwungen zu erhalten, der all die Not und das Leiden während des Lebens als Zinsen und die Tilgung der Schuld in Gestalt des Todes vorsieht. Das Dasein sei ein dauerndes In-der-Schuld-Stehen, es könnte als Strafe und Buße erscheinen. Aus heutiger juristischer Sicht wäre ein solches Leben ein Vertrag zu Lasten Dritter – und damit nichtig.

Der Exitus als schneller Weg aus dem falschen Leben beendet all das innerweltliche Leiden, er ist – im Sinne der Römer, bei denen das Sterben „*ad pluresire*“ hieß – ein Gehen oder *Überlaufen zu den Meisten*, zu der Mehrheit aller Toten, deren Gemeinschaft größer sei als jene der Lebenden. Dank des enormen Bevölkerungswachstums seit der ersten industriellen Revolution haben sich die Verhältnisse gedreht: Heute sind die Lebenden „keine kleine radikale Minderheit mehr“<sup>15</sup>, vielmehr stellen sie die Mehrheit; insofern ist die heutige Zeit eine Ausnahmezeit.<sup>16</sup> Freilich dreht sich diese Situation wieder in jenen Zustand, wie sie die Römer und die allermeisten Menschengenerationen erlebten, sobald die Erdbevölkerung stagnieren oder nur noch schwach wachsen wird – was für die nächsten Jahrzehnte vorausgesagt wird – und die aktuell lebenden Generationen ihren Tod hinter sich haben werden.

In der Rede vom Überlaufen zu den Meisten schwingt in der römischen Tradition etwas Tröstliches mit: Der Trost liegt in der Aufnahme des Menschen in die große Gemeinschaft der Toten, dort wird er Wohlwollen und all die Annehmlichkeiten einer großen Gemeinschaft erfahren. Deshalb möge der Abschied aus dem irdischen Leben nicht allzu schwer fallen. Das Sterben als „*ad pluresire*“ zu sehen, muss nicht mit einer Geringschätzung des diesseitigen Lebens einhergehen, auch die Römer schätzten es im Allgemeinen sehr. Zweifellos könnte in dieser Rede auch die Sehnsucht nach einem möglichst schnellen, ja vorzeitigen Übergang in eine – paradiesisch umrissene – Gemeinschaft der Toten entstehen.

Jedenfalls bieten das Sterben und der Tod – nicht nur bei den Römern – großen *Trost*. Die endzeitliche Perspektive „löst“ alle Widersprüchlichkeiten des innerweltlichen Lebens letztlich auf, eine „Erlösung“ vom Leiden und den Schmerzen der Welt wird der Mensch erfahren. Diese Perspektive auf das Jenseits macht das diesseitige Leben erträglicher, sie nimmt Druck im innerweltlichen Leben, und vielleicht auch das Motiv, den schnellen Weg des Exitus aus ihm zu wählen.

Dass es kein richtiges Leben im falschen gäbe, dass man im Leben nichts „richtig“ machen könne, das drückt der Philosoph *Sören Kierkegaard* (1813 bis 1855) im „Ekstatischen Vortrag“ aus seinem 1843 unter einem Pseudonym erschienenen Werk „*Entweder-Oder*“ eindrucksvoll aus. Den Inbegriff seiner Lebensweisheit beschreibt er wie folgt: Ob man heirate oder nicht heirate, man würde beides bereuen, ob man über die Torheiten der Welt lache oder nicht lache, man würde beides bereuen, ob man einem Mädchen traue oder ihm nicht traue, man würde beides bereuen, ob man sich erhänge oder sich nicht erhänge, man würde beides bereuen. Egal, wie man in dieser Welt handelt, man bereue letztlich all sein Tun, man könne einfach nichts richtig machen in diesem falschen Leben. In dieser Ausweglosigkeit würde der schnelle Weg des Exitus naheliegen.

Doch das Besondere des ekstatischen Vortrags liegt im Übersteigenden: Wer ekstatisch bereut, wer auch das Bereuen übersteigert, der wird letztlich auf die Idee stoßen, das Bereuen selbst zu bereuen. In diesem Augenblick verwandelt sich aber die Ausweglosigkeit, die Sinnlosigkeit des Lebens, denn nun kann sich der Mensch am Leben wieder freuen, er kann Glück

und Sinn für sich finden, denn er braucht sein Tun letztlich ja doch nicht zu bereuen, er kann ein schönes Leben führen.<sup>17</sup>

Die *Selbsttötung* als schneller Weg aus dem falschen Leben wird in philosophischer und theologischer Sicht für problematisch erachtet. So führt *Immanuel Kant* ins Treffen, dass der Mensch „Zweck an sich“ sei und niemals zum Instrument für Zwecke werden dürfe, auch nicht zum Instrument, um aus dem Leben zu scheiden; die Freiheit des Menschen betreffe nicht auch die freie Wahl des Lebensendes, vielmehr habe der Mensch die Pflicht zu leben.<sup>18</sup> In theologischer Sicht wird die Selbsttötung vornehmlich ausgeschlossen mit der Gotesebenbildlichkeit des Menschen, mit der Rede vom Leben als Geschenk und als Leihgabe Gottes sowie mit der Ausweitung des Gebots, nicht zu morden, auf das eigene Leben.<sup>19</sup>

#### *Der revolutionäre Weg aus dem falschen Leben (2):*

Mit dem Exitus wird das Leben plötzlich verworfen, mit dem Weg der *Revolution* verbleibt man dagegen im irdischen Leben, wenngleich ein radikaler Umbau, eine radikale Erneuerung von Welt und Mensch intendiert wird. Auf den Fahnen der Revolution stehen Parolen zur Schaffung „des neuen Menschen“, „der neuen Gesellschaft“, „der neuen Lebensform“, „der neuen Welt“ etc. Dieses innerweltliche Programm will das falsche Leben radikal umbauen, es will das falsche Leben „heilen“, dieser Weg folgt also einer (politischen oder religiösen) Heilslehre.

Der revolutionäre Weg überwindet das falsche Leben mit einem *innerweltlichen Endziel*. Für den Übergang zum Neuen kann es nötig sein, das jetzige Leben umzustoßen, ja in ein Purgatorium, also in eine Art „Fegefeuer“ zu verwandeln. Das Hier und Jetzt muss förmlich in ein Feuer gestoßen und damit von allem Falschen gereinigt werden. Diese Revolution bedeutet, die falschen Elemente des Lebens mit Gewalt auszumerzen und so das Neue zu ermöglichen.<sup>20</sup>

Beispiele der letzten Jahrhunderte für diesen revolutionären Weg zum Neuen sind etwa die Jakobiner oder Robespieristen während der Französischen Revolution: Dieser politische Klub erzwang 1792 einen Prozess gegen den König, ihre zunehmende Radikalisierung führte ab 1793 zu einer Schreckensherrschaft unter der Führung von *Maximilian de Robespierre*; eine Terrorherrschaft mit brutaler Unterdrückung und Massenhinrichtungen politischer Gegner und eine kontrollierte Wirtschaft mit massiv eingeschränkter Preisbildung auf Märkten sollten dem Neuen dienen; das Endziel zeigte eine neue, letztlich aber nie in Kraft getretene Verfassung mit dem „Staatsziel des allgemeinen Glücks“, mit direkter Demokratie und sozialen Rechten auf Arbeit und Bildung. *Robespierre* zufolge müsse der Terror bis zum Sieg über die Feinde fortgesetzt und in Kauf genommen werden. Auf dem Weg zum Endziel würde man zwar den eigenen Idealen (teilweise) zuwiderhandeln, doch dies sei ein im Interesse des Endziels zu akzeptierender Begleit-, also Kollateralschaden. Erst *Robespierres'* Sturz und seine Hinrichtung im Juli 1794 beendeten den jakobinischen Terror. Die Bezeichnung „Jakobiner“ – sie stammte von ihren politischen Gegnern, sie selbst sahen sich als „Patrioten“ – stand in der Folge für die Königsmörder und für ein Schreckensregime.

Der revolutionäre Umbau von Mensch, Gesellschaft und Welt blieb auch bei Heilslehren – wie dem Stalinismus in Russland, dem Nationalsozialismus in Deutschland, dem Pol-Pot-Kommunismus in Kambodscha oder neuerdings dem IS-Islamismus in Syrien und im Irak –



der brutalen Vernichtung unzähliger Menschen stecken. Der revolutionäre Weg aus der falschen Welt schüttet über Personen, die ihn behindern, die ihn nicht gutheißen und unterstützen oder die einfach von den Proponenten der zugrunde liegenden Heilslehre aus rassistischen oder anderen Gründen zu unerwünschten Personen erklärt werden, ein Füllhorn aus Schmerz, Leid und Tod. Im Sinne dieser Heilslehren müssten die Welt und der Mensch von allem Schmutzigen gereinigt werden, Liquidationen seien als Nebenprodukt des Weges quasi um des Endziels, um des Richtigen oder Guten (!) willen in Kauf zu nehmen; die alte Welt, der alte Mensch müsse unter Einschluss des Mittels der Gewalt besiegt werden.

Die Empirie zeigt, wohin der revolutionäre Weg, die falsche Welt in ein Purgatorium zu stürzen, um daraus die richtige entstehen zu lassen, führt: Den Weg zum Neuen säumen eine in der Regel unbeschreibliche und jeder Personenwürde Hohn sprechende Unmenschlichkeit und die massive Zerstörung von für die Menschheit wertvollen Natur- und Kulturgütern. Das Ziel des neuen Menschen und der neuen Welt versank und versinkt stets im Morast des revolutionären Weges; alle Wagen (Heilslehren) blieben im Schlamm stecken, gingen unter, rissen dabei unzählige Menschen sowie Teile der Welt mit in den Abgrund und erreichten das glorreiche Endziel des richtigen Lebens nie.

Die Geschichte und vornehmlich die realen Ergebnisse und damit die Erfolglosigkeit des revolutionären Weges zum richtigen Leben, der als Mittel Gewalt, Tod und Zerstörung in Kauf nimmt oder sogar propagiert, müssten die Verwerfung dieses Weges lehren. Die Empirie offenbart allerdings, dass von ihm nach wie vor, auch in aufgeklärten Gesellschaften, eine gewisse Faszinationskraft ausgeht!<sup>21</sup>

*Der evolutionäre Weg aus dem falschen Leben (3):*

Lehnt man, um aus dem falschen zu einem richtigen Leben zu kommen, den schnellen Weg des Exitus aus philosophischen und/oder theologischen Gründen und den revolutionären Weg seiner Gräueltaten und empirischen Erfolglosigkeit wegen ab, so bleibt noch ein *evolutionärer* Weg aus dem falschen Leben. Er bietet sich für jene Menschen an, die trotz aller Widrigkeiten des Lebens darin auch etwas *Bejahenswertes*, etwas *Lebenswertes* und *Kostbares* sehen, die das diesseitige Leben nicht für vollends falsch halten, sondern ein richtiges Leben im Falschen für möglich erachten.

Sein Leben zu etwas Bejahenswertem zu machen, das ist das Credo einer *Lebenskunst*,

- die vor Trägheit, also davor bewahrt, das Leben einfach dahinzuleben;
- die keine inhaltlichen Vorgaben macht, sondern sich mit konkreten Bedingungen und Möglichkeiten in Lebenssituationen beschäftigt und die mithin dem einzelnen Menschen die Freiheit der Wahl und der Abwahl von Wegen verdeutlicht;
- die kein Luxusgut für schon Glückliche, keine Schönwetter-Lebenskunst, sondern eine „*existenzielle Lebenskunst*“ ist, indem sie die konkrete Existenz reflektiert, zu der auch Schmerz und Leid gehören, und in sie zielorientiert eingreift: Das Leben bewusst derart gestaltet, dass darin so etwas wie Glück und Sinn „gefunden“ werden können;
- in der der Mensch am Ich und gemeinsam mit Anderen am gesellschaftlichen Zusammenleben arbeitet, um ein subjektiv „schönes“ Leben – im Sinne von lebenswert – zu entdecken.<sup>22</sup>

Diese Lebenskunst ist getragen von dem „*existenziellen Imperativ*“:

→ *Gestalte dein Leben so, dass es bejahenswert ist.*

Der schnelle und der revolutionäre Weg sehen den Menschen oder die Menschheit insgesamt in der Regel als das Zentrum des (diesseitigen) Universums an. Sowohl eine *Kränkung* als auch eine *Einsicht* zum Leben vermögen dazu beizutragen, diese beiden Wege zum richtigen Leben zu verwerfen und dem evolutionären eine überaus deutliche Mehrheit zu verschaffen.<sup>23</sup>

*Zur Kränkung des Menschen:*

Das Lebenshaus des Menschen, die Erde, bildet nicht das Zentrum des Kosmos, nicht einmal jenes ihres Sonnensystems. Der Mensch mag sich oft exzentrisch verhalten, er lebt allerdings nicht im Zentrum, er lebt auf einem unter vielen, zahllos erscheinenden „Sternen“. Auch jene Sonne, um die die Erde ihre Kreise zieht, ist nicht einzigartig, sondern eine unter sehr, sehr vielen. So gesehen brauchen sich die Menschheit insgesamt und der einzelne Mensch nicht allzu wichtig zu nehmen. Am Horizont dieser Erkenntnis tauchen Wege des Miteinanders, der Achtsamkeit und Sorge füreinander, des Mitleids und des Wohlwollens, der Gelassenheit usw. auf, auch deshalb, um mit den innerweltlichen Widrigkeiten – gemeinsam – fertig zu werden.

*Zur Einsicht zum Leben:*

Der Blick des (kleinen) Menschen in den Kosmos offenbart allerdings auch, dass das Leben auf der Erde im Allgemeinen und des Menschen im Speziellen schon etwas Besonderes, eine *Ausnahmeerscheinung* ist. Zwar ist nicht ausgeschlossen, dass ähnliches Leben anderswo bestand, besteht oder bestehen wird, herausragend ist dieses Leben im Kosmos auf jeden Fall. Dass die Erde dieses Leben bietet, ist höchst interessant und der Mensch darf sich seines Ausnahmecharakters erfreuen. Diese Erkenntnis vermag den Menschen mit Stolz auf seine Exklusivität sowie mit Dankbarkeit und Freude für das Sein zu erfüllen.

Der Mensch ist nicht das Zentrum, er ist allerdings dennoch ziemlich exklusiv im Kosmos. „Unsere Welt ist die beste aller möglichen Welten“, schrieb *Gottfried Wilhelm Leibniz* (1646 bis 1716) schon vor mehr als 300 Jahren, und in der Tat: Die heutige Physik bestätigt: (1) Die *Feinabstimmung* der Naturkonstanten und der „Fundamentalkräfte“ (Elektromagnetismus, Gravitation, starke und schwache Kernkraft) ist entscheidend für organisches Leben und versetzt in Staunen, da kleinste Änderungen der Werte die kosmische Entwicklung massiv ändern, so dass diese Welt durchaus als die beste aller möglichen erachtet werden kann; das ist das „*anthropische Prinzip*“. (2) Dass diese Welt natürliches Leid und Sterblichkeit von Leben enthält, ist mit dem „*objektiven Zufall*“, d. h. der Nicht-Vorhersagbarkeit von Ereignissen bei nicht-linearen Prozessen gegeben und damit unvermeidbare Folge der Dynamik eines Weges, der auch zum Menschen führte.<sup>24</sup>

Das Wissen um das Besondere an der menschlichen Existenz kann helfen, das Leben nicht schnell oder revolutionär zu verwerfen, sondern die Widersprüchlichkeiten und Zumutungen des innerweltlichen Lebens zu ertragen, ja nicht bloß das „Falsche“, das „Böse“ passiv hinzunehmen, sondern der Maxime zu folgen: Dem Falschen Richtiges, dem Bösen Gutes abzugewinnen, das Malum des Lebens bonifizieren.<sup>25</sup>

Der Mensch weiß, dass *sein* Leben in einer konkreten Zeit und in einem konkreten Raum einzigartig ist. Sein Leben ist das einzige, das er hat. Das Leben, dieses Sein ist die *Ausnahme vom natürlichen Zustand des Nicht-Seins*. Das Leben ist daher ein knappes Gut. In der Ökonomie ist der Marktpreis ein Knappheitsindikator, er drückt den Kompromiss zwischen den Wertvorstellungen der Marktakteure aus. Zu seinem Leben hat der Mensch keine innerweltliche Alternative, es existiert nur ein einziges Mal, es ist daher absolut knapp, also gegen nichts eintauschbar. Wegen der Einzigartigkeit des Lebens ist sein innerweltlicher Wert unendlich hoch. Ob der einzelne Mensch mit seinem Leben allerdings auch einen unendlich hohen *subjektiven* Wert verbindet, liegt an seiner individuellen Deutung.

Sein einzigartiges Leben kann der Mensch nämlich *unterschiedlich deuten*.<sup>26</sup> Der eine sieht es des Leides und Schmerzes wegen als Zumutung oder gar als Betrug, er sieht das Leben als ein falsches und meint, es wäre wohl besser, nie geboren worden zu sein, der Mensch sei ungefragt ins Leben geworfen worden; ein solcher Mensch hadert mit dem Leben und wird es ggf. verwerfen. Der andere Mensch deutet das Leben – ungeachtet dessen, ob er eher sanft oder hart auf der Welt landet – als einzigartiges und daher kostbares und reizvolles Geschehen, das ihn veranlasst, das Leben zu schätzen, zu ehren, es auch zu feiern und vor allem ihm etwas Schönes, Richtiges, Positives abzugewinnen, manchmal auch abzurufen.

Die Hoheit über die Deutung des Lebens liegt bei jeder Person selbst. Bei jedem einzelnen Menschen handelt es sich um einen einzigartigen und einer individuellen Deutung bedürftigen „Fall“. Das Leben ist ein „Fall“, der auch die Deutung des Fallens und Gefallen-Seins einschließt, wie *Albert Camus* (1913 bis 1960) in seinem Roman „Der Fall“ eindrucksvoll beschreibt.<sup>27</sup> Die individuelle Deutung des Lebens baut einen Weg zu einem subjektiven Sinn in Lebenssituationen und vielleicht auch des Lebens.

*Adornos* Rede vom falschen und richtigen Leben geht von einem grundsätzlich beschädigten, also gefallenen und nicht gefallenden Leben aus. Das Leben des Menschen weist durch und durch sehr schwere Fehler im Webmuster auf. *Adornos* berühmtes Wort ist einerseits weit davon entfernt, das diesseitige Leben schnell durch einen Exitus oder mit einer gewaltsamen Revolution innerweltlich umzubauen, andererseits geht es keineswegs in Richtung Schönfärben des Lebens.<sup>28</sup>

Auch wenn das Leben ein beschädigtes ist, auch wenn der Lebenskontext ein falscher ist, *Spuren und Wege zu einem richtigen im falschen Leben* sind möglich, denn: Tod, Schmerz und Leid sind zweifellos Teil des Lebens, sie gehören zum Leben, sind aber nicht Ziel und Zweck des Lebens. „Zur Bedingung des Lebens gehört es, das Leben wieder zu verlieren.“<sup>29</sup> Tod, Schmerz und Leid machen das Leben fühlbar, sie führen zum Gedanken an das richtige Leben.<sup>30</sup>

Der evolutionäre Weg zu einem richtigen Leben im falschen hat eine systemische und eine individuelle Dimension. Auf der Ebene der *gesellschaftlichen* Systeme geht es um deren Weiterentwicklung; die Gesellschaft kann als ein vielfach gegliedertes System zum Teil ineinander greifender Bünde interpretiert werden, in denen Menschen vornehmlich wegen der Erreichung gemeinsamer Ziele miteinander verbunden sind.<sup>31</sup> Die konkreten Inhalte der bewusst gestalteten Evolution gesellschaftlicher Systeme, wie z. B. der wirtschaftlichen Rahmenordnung, des Bildungssystems oder der Sozialpolitik, sind in Diskursen zwischen Menschen zu finden. Die konkreten Schritte einer Weiterentwicklung spiegeln im Sinne einer

Übereinkunft jene Vorstellungen wider, die die Diskursteilnehmer vom richtigen Leben haben.

Der gesellschaftliche Diskurs bedeutet einen vernünftigen kommunikativen Umgang der Menschen miteinander; das ist jenes Thema, das den Philosophen *Jürgen Habermas* (\*1929) Zeit seines Lebens beschäftigt. Eine *kommunikative Vernunft* löst sich von einer egoistischen Durchsetzung eigener Interessen, von einem „strategischen, erfolgsorientierten Handeln“, das u. a. Menschen zu reinen Instrumenten degradiert und das Kennzeichen einer kapitalistischen Gesellschaft ist, und geht über zu einem „kommunikativen Handeln“, das über eine herrschaftsfreie wechselseitige Anerkennung den Raum für eine nicht entfremdete Kommunikation, für eine „ideale Sprechsituation“ schafft. Dort geht es vornehmlich um Bedingungen der Chancengleichheit, so dass sich etwa nicht das Argument des Vermögenderen, des Stärkeren, des Mächtigeren oder des Eloquenteren, sondern das bessere durchsetzt.<sup>32</sup>

In *individueller* Sicht steht jeder Mensch auf seiner Ebene vor der Herausforderung, im Angesicht des und seines beschädigten Lebens so etwas wie seine „*Lebens-Kleinkunst*“ zu entwerfen und weiterzuentwickeln. In der Bezeichnung „Kleinkunst“ schwingt zweierlei mit: Zum einen möge sich der einzelne Mensch nicht als Zentrum sehen, also allzu wichtig nehmen und überzogene Erwartungen an das innerweltliche Leben haben, die letztlich in die Enttäuschung der zu hohen Erwartungen münden; zum anderen möge sich der einzelne Mensch aber sehr wohl seiner Exklusivität, also Einzigartigkeit, seiner Individualität – und, wie Theologen zu sagen pflegen: seiner Gottesebenenbildlichkeit – bewusst werden, dafür dankbar sein und daraus Glück und Sinn im Leben entwickeln.

Die individuelle Suche nach dem richtigen im falschen Leben ist eine Kunst, eine künstlerische Aufgabe, das Wort „*Lebenskunst*“ macht dies deutlich. Dem beschädigten Leben durch Lebenskunst etwas Richtiges abgewinnen zu wollen, das setzt eine bewusste Entscheidung für den evolutionären Weg voraus und weist zwei uns wichtige Aspekte auf:

*Erstens* gehen mit „Kunst“ eine – vielleicht sogar interessenlose – Hingabe, ein Sich-Schenken, besondere Achtsamkeit und Sorge, ja sogar Liebe einher. So wie (literarische, musische und bildende) Künstler mit Worten, Tönen und Bildern umgehen, so wendet sich der Lebens-Künstler seinem Leben und den darin enthaltenen einzelnen Lebenssituationen zu.

*Zweitens* bietet das Eintauchen in eine Kunst einen Weg zu Glück und Sinn, auch im Fall der Lebenskunst. Dabei liegen Glück und Sinn nicht einfach auf den Lebenswegen herum und warten bloß darauf, von Menschen abgeholt zu werden. Glück und Sinn lassen sich demnach nicht einfach „finden“, vielmehr muss jeder Mensch Glück und Sinn für sich „entwickeln“. Und zwar auf allen von *Viktor E. Frankl* (1905 bis 1997) so schön differenzierten Ebenen: (1) in den einzelnen Lebenssituationen, (2) für das Leben insgesamt und (3) gegebenenfalls auch für das Weltganze.<sup>33</sup>

Den Weg der Lebens-Kleinkunst kann der Mensch in jedem Lebenskontext gehen, mag er auch noch so beschädigt sein. So mag etwa der Kontext einer kommunistischen Diktatur zu einem spezifisch beschädigten Lebensumfeld führen, das kann aber nicht gleich bedeutend damit sein, das individuelle Leben wäre in toto falsch, also ohne Aussicht auf Positives.<sup>34</sup> Selbst im äußersten Fall des beschädigten Lebens, des Lebens als Gefangener in einem Konzentrationslager der Nationalsozialisten, vermag ein sein Leben nicht verwerfender Mensch



durch die Hingabe etwa an eine Aufgabe, die er nach der Überwindung dieser fatalen Lebenssituation jedenfalls ausführen will, noch Sinn im Leben zu sehen und damit Lebenskunst zu entwickeln.<sup>35</sup>

Erachtet jemand den Kontext eines kapitalistischen Wirtschaftssystems für strukturell falsch, in dem der sog. „Äquivalententausch“ alle Lebensbereiche des Menschen vereinnahmt und zu einer lieblosen, kalten Gesellschaft führe, wie dies etwa *Adorno* sieht, so ist auch hier der evolutionäre Weg der Lebenskunst jener, um trotz erkannter Verwerfungen Glück und Sinn zu entdecken. Es ist die Kunst, die das Falsche, die einen „Bann über der Welt“, gleich wie er aussieht, schrittweise und zumindest partiell aufzulösen vermag.

Die Kleinkunst des (richtigen) Lebens ist ein Weg der kleinen Schritte, mit dem ein freier Mensch seinen Status quo des Lebens verbessern möchte. „Verbessern“ heißt hierbei, trotz aller Beschädigungen des Lebens Glück und Sinn zu entwickeln, und zwar unabhängig von einem Außen und damit individuell für sich. Ein *objektives* Glück und einen *objektiven* Sinn für das menschliche Leben zu formulieren, setzt entweder eine Außeninstanz, die das Weltgeschehen beobachtet, die es gemäß den Kategorien „richtig“ und „falsch“ beurteilt und daraus folgende Fassungen von Glück und Sinn vorgibt, oder das Bestehen und die Akzeptanz von einschlägigen Utopien, Visionen, Heilslehren u. ä. voraus, die ihre Form des richtigen Lebens, von Glück und von Sinn revolutionär und damit unter Inkaufnahme von Gewalt und Terror umsetzen wollen. Doch mit einem in verantwortlicher Freiheit handelnden Menschen, mit diesem Menschenbild vertragen sich die Vorstellung eines derartigen *Außen* und die *oktroierte Revolutionsperspektive* nicht.

Glück und Sinn in einzelnen Lebensphasen, für das Leben insgesamt und auch für das Weltganze zu entwickeln, das ist eine höchst individuelle Angelegenheit des freien Menschen. Lebens-Kleinkunst fokussiert auf ein *subjektives* Glück und einen *subjektiven* Sinn, sie schwärmt nicht von einer neuen Welt und von einem neuen Menschen, bei deren Verwirklichung ggf. eine Außeninstanz oder Terror weiterhelfen soll, vielmehr blickt sie auf das Vorliegende, auf das Hier und Jetzt, auf das Mögliche und möchte daraus das subjektive Beste gemacht wissen.<sup>36</sup>

Die folgende Abbildung bietet einen Überblick über die skizzierten Wege des Umgangs mit dem falschen Leben:

Ebene	Gesellschaft/Strukturen	Individuum
Vorgehen:		
Der schnelle Weg	Exodus ggf. Eisodus in ein Paradies	Exitus,
Der revolutionäre Weg	Umbruch zur „neuen Welt“	Umerziehung zum „neuen Menschen“
Der evolutionäre Weg	Weiterentwicklung der Gesellschaft/Strukturen, <b>z. B. mehr Gerechtigkeit</b>	<b>Lebens-Kleinkunst = Glück und Sinn subjektiv „finden“</b>

Abbildung 1: Umgang mit dem falschen Leben

Das Konzept der subjektiven Lebens-Kleinkunst findet sich interessanterweise schon in der 1776 veröffentlichten amerikanischen „*Declaration of Independence*“: Jedem Erdenbürger steht uneingeschränkt das „Recht auf Leben, Freiheit und Streben nach Glück“ zu. Leben und Freiheit werden garantiert, doch in Bezug auf das Glück heißt es „*Persuit of Happiness*“! Das *Streben* nach Glück und nicht das Glück selbst ist Inhalt des Rechts, woraus folgt: *Erstens* braucht damit die Declaration den Inhalt eines „objektiven Glücks“ nicht zu umreißen (und den Erdenbürgern zu oktroyieren) und *zweitens* liegt es in der Verantwortung jedes mit dem Recht auf Leben und Freiheit ausgestatteten Erdenbürgers, sein subjektives Glück im freiheitlichen Leben zu entwickeln.<sup>37</sup>

Diese Erklärung bietet für die Welt und für das Leben keine großen Erzählungen, keine Endziele im Sinne von Heilslehren an, vielmehr soll jeder mit seinem Leben im Rahmen der garantierten Lebens- und Freiheitsrechte selbst zurande kommen, also für Widersprüchlichkeiten und Probleme seines Lebens Lösungen finden. Die Erklärung akzeptiert grundsätzlich das Hier und Jetzt und jeder möge hierin seine Chancen und Möglichkeiten erkennen, ergreifen und umsetzen; jeder soll seine kleine Lebensgeschichte in Eigenverantwortung schreiben.<sup>38</sup>

Diese Selbstbeschränkung dient letztlich dem friedlichen Miteinander, denn kein objektives Glück für Welt und Mensch wird normiert und ggf. unter Inkaufnahme von Gewalt und Terror umgesetzt. Jeder Einzelne ist aufgerufen, sein Leben als individuelles kleines Kunstwerk frei und unter Rücksichtnahme auf die Lebens- und Freiheitsrechte aller anderen zu gestalten und damit subjektives Glück und subjektiven Sinn zu entwickeln.

Dass mit dieser Erklärung aus 1776 das *Konzept der individuellen Lebens-Kleinkunst* über die großen Erzählungen zu Welt und Leben bis heute nicht siegen konnte, zeigten spätere endzeitliche und zum Teil mit unsäglichem Gewalt einhergehende Heilslehren wie z. B. der Nationalsozialismus, der Kommunismus (besonders in der Form des Stalinismus) oder neuerdings die Bewegung des sog. Islamischen Staats (IS). Auch die Hoffnung auf das „*Ende der Geschichte*“<sup>39</sup> – so der berühmte Buchtitel von *Francis Fukuyama* (\*1952) – nach dem Ende des Kommunismus im Sinne eines weltweiten Sieges von Demokratie, Menschenrechten und damit Frieden musste bald wieder ad acta gelegt werden. Menschen sind offenbar trotz des

Wissens um die dramatische Geschichte von Heilslehren aus den unterschiedlichsten Gründen durchaus anfällig für den revolutionären Weg aus dem falschen Leben.

„Lebens-Kleinkunst“ könnte man auch derart verstehen, dass man ausdrücklich nicht mehr über Grundsätzliches zu Welt und Leben nachdenkt, keinen Diskurs über „Gott und die Welt“, keine fundamentale Sinndebatte mehr führt, kurz sagt: „*There is no debate.*“<sup>40</sup> Folglich würde man im Leben nur noch über „*pure Fragen der Lebensästhetik*“<sup>41</sup> nachdenken: Die richtige Kleidung tragen, den richtigen Lifestyle pflegen, die richtige Musik hören, den richtigen Sport betreiben, in den richtigen Clubs sein, die richtigen Freunde haben, den richtigen Liebhaber mimen, die richtigen Bars besuchen, den richtigen Urlaub verbringen usw.

Mit solchen Gedanken führt Lebens-Kleinkunst zu einem „kleinen Glück und kleinen Sinn“ für den Einzelnen. Über die praktische Lebensgestaltung hinaus reicht der Horizont des Strebens nach Glück und Sinn hier *nicht*. Manchem mag dieser Fokus auf das praktische Leben reichen, sehr viele vermissen vornehmlich im Angesicht von Widersprüchlichkeiten, von Schmerz und Leid, von Sterben und Tod so etwas wie Trost und Aufbauendes, gerade in solchen Situationen suchen und brauchen sie Zusammenhänge und Perspektiven über den Moment hinaus, die sie durch ihr aktuell beschädigtes, also falsches Leben zu tragen vermögen. Aber auch losgelöst von schmerzhaften Erfahrungen im Leben achten und sorgen sich viele Menschen um über den Augenblick hinausreichende, also Sinn bergende Sichtweisen; sie wollen Sinnleere vermeiden und entwickeln Glück und Sinn für ihr Dasein. Diese Sinnzusammenhänge subjektiv zu verorten (und nicht objektiv vorzugeben und zu oktroyieren), (auch) das verstehen wir unter Lebens-Kleinkunst.

## Die Sehnsucht nach dem verlorenen Glück der Kindheit

**D**er sehnliche Wunsch, zeitlebens nicht erwachsen werden zu müssen, die *Sehnsucht* nach dem verlorenen Glück der Kindheit, sie ist im Herzen *Theodor W. Adornos* und ebenso im Herzen vieler Menschen mit einer glücklichen Kindheit tief verankert, sie zieht ihre Spuren durch das gesamte Erwachsenenleben, sie bewegt das Innere, sie prägt das Reden und Tun im Erwachsenenleben, indem sie etwa eine tiefe Wehmut und Melancholie angesichts von Leid und Schmerz entstehen lassen kann, unter Umständen gepaart mit der Aussicht, wenigstens Teile dieses verlorenen Glücks immer wieder finden zu können.

*Theodor W(iesengrund). Adorno*, am 11. September 1903 in Frankfurt am Main als Sohn der (bereits 38-jährigen) ehemaligen Opernsängerin mit dem klingenden Namen *Maria Cavelli-Adorno delle Piane* und des Weingroßhändlers *Oscar Alexander Wiesengrund* geboren, durfte in seiner Kindheit großes Glück erfahren:

So hatte er eine sehr innige Beziehung zu seiner schönen, klugen, hochmusikalischen und ihr einziges Kind vergötternden Mutter und wurde von zwei feinfühligem Frauen umsorgt, nämlich von seiner Mutter und seiner Tante. Die schier unendliche Liebe seiner Mutter, die er in einer Atmosphäre der Kunst, vor allem der Musik, erfahren darf, lässt bei ihm nie das Gefühl mangelnder Zuneigung entstehen; durch sie und seine Tante erfährt er jene Wärme, nach der er sich ein Leben lang sehnt.

Zu seinem Vater, ein vom Judentum zum Protestantismus konvertierter und erfolgreicher Großhändler von eher durchschnittlichen Weinen, entstand nicht eine so enge Beziehung

wie zur Mutter. So verkümmerte der Familienname *Wiesengrund* zum Middle Initial „W.“ und er nennt sich nach seiner musischen Mutter. Doch auch der Vater mag zum Glück seiner Kindheit wesentlich beigetragen haben, denn es ist der Wein, der seit alters her bei Fest- und Gastmählern gereicht wird und dabei die Lust am Dasein steigern soll.<sup>42</sup> Und bei häuslichen Empfängen wird auch dieser Wein des Vaters dazu beigetragen haben, eine positive Stimmung, ja Wärme im Hause *Wiesengrund-Adorno* zu erzeugen.

Die Sommerferien verbrachte die Familie in der Mittelgebirgslandschaft, in einem barocken, idyllischen Odenwald-Ort, der „*Amorbach*“ heißt. Auch dieser Name des Ferienorts der Familie vermag im Sinne von Geborgenheit und Liebe gedeutet zu werden. Der Sohn erfährt auch dort unbeschwerte Zeiten des Glücks. Zudem wächst *Theodor* in materiellem Wohlstand auf.

Wer glücklich ist, der sieht das kaum, der vergisst es, ggf. erinnert er sich später daran. Glück als solches wird meist nicht als solches wahrgenommen, das Fehlen von Glück dagegen sehr wohl. *Arthur Schopenhauer* verwendet hierfür die Kategorien „aktiv“ und „passiv“: Die Augenblicke des Glücks sind passiv, d. h. man ist sich ihrer nicht oder kaum bewusst, erst die Abwesenheit des Glücks führt zu einer aktiven Wahrnehmung. Glück im Leben, besonders in der Kindheit erfahren zu dürfen, das gräbt sich in das Gedächtnis ein, es entstehen „innere Bilder“ im Kopf des Menschen, die ihn ein Leben lang begleiten. Die inneren Bilder des Glücks der Kindheit verleihen eine Kraft, von der jeder Erwachsene ein Leben lang zehrt.

Das Glück der Kindheit beschert dem Menschen ein *Glücks-Gedächtnis*, es vermittelt eine Ahnung von Glück und vieles Tun im Leben erscheint dann als Rekonstruktion von Glücksmomenten aus der Kindheit. Dieses Gedächtnis lässt den Menschen in Situationen des Nicht-angenommen-Seins, der Lieblosigkeit, des Wehwehens usw. leiden, das Leben als beschädigt erleben und gleichzeitig die Sehnsucht nach dem Glück der Kindheit entstehen. Er durfte Spuren zu einem Glück kennen lernen und trachtet nun danach, sie wieder aufzunehmen.

Glück in der Kindheit führt für den Erwachsenen zu einer Art „*Diaspora-Erfahrung*“, er sieht sich „verstreut“<sup>43</sup>, also *heimatlos* inmitten anderer Menschen, die ihm unter Umständen nicht wirklich wohlgesonnen sind. *Adorno* geht nicht von einem paradiesischen Urzustand oder einem natürlichen Zustand im Sinne von *Jean-Jacques Rousseau* (1712 bis 1778) aus, in dem der Mensch Selbstliebe (und nicht Egoismus oder gar Narzissmus) pflegt, in dem er Mitleid empfindet, d. h. andere Menschen nicht leiden sehen kann, und in dem er perfektibel ist, sich also selbst vervollkommen kann. *Rousseau* legt den historischen Weg aus dem Naturzustand eindrücklich dar, etwa durch Egoismus, Eigentum und Gier.<sup>44</sup> *Adorno* setzt gleich bei der modernen Welt an; er zeigt, dass man der Moderne nicht entkommen könne, also den Beschädigungen der Welt und des Lebens, auch schon des Lebens eines kleinen Kindes in ihr. Doch Glück in der Kindheit zieht (erste) Spuren zu einem richtigen Leben, es lässt erkennen, dass im falschen Kontext Richtiges zu finden ist. Und Lebenskunst bestehe darin, sich mit diesem Richtigen verbunden zu halten.<sup>45</sup>

Lernt der erwachsene Mensch, die vielfältige Welt, das Leben an sich und sein eigenes Leben im Besonderen wieder mit den strahlenden Augen eines Kindes zu sehen, so nimmt er damit Spuren zu Glücksmomenten, zu „purpurnen Stunden“<sup>46</sup> und vielleicht auch zu längerfristigem Sinn auf. Innehalten und die Aufmerksamkeit auf die alltäglichen Wunder in der Beziehung zu Menschen, zu anderen Lebewesen, zur nicht belebten Welt richten, das lässt Wege zu einem richtigen Leben erkennen.<sup>47</sup>

Das *Innehalten* ist Voraussetzung für einen Aufbruch zu korrigierten oder neuen Zielen im Leben. Die moderne Gesellschaft versteht sich als eine dynamische, eine in steter Bewegung, das Stehen-Bleiben und das Verharren gelten als verpönt. Um im Leben allerdings aufbrechen, um neu beginnen zu können, ist es notwendig, zunächst stehen zu bleiben, denn aus der Bewegung heraus gelingt kaum eine Neuausrichtung. Es bedarf einer Unterbrechung, einer Zäsur im dynamischen Leben, Orte und Räume der Ruhe sind nötig. Erst ein Verweilen, eine Rast schafft eine Phase der Ruhe und Besinnung, einen Zeitraum für Reflexion des Bisherigen und Gegenwärtigen sowie des Erstrebten und Erwarteten. Dieses Innehalten gibt Raum zum Denken und Atmen, es erlaubt eine Distanz zum Bisherigen; wohl kann es zum Weitergehen bisheriger Wege führen, es bietet aber ebenso die Chance der Umkehr, auch der Rückkehr. So verschafft das Innehalten eine – ggf. neue – Orientierung im Leben. Ohne Innehalten also kein Aufbruch im Leben.<sup>48</sup>

Die Welt der Erwachsenen ist meist eine ruhelose, eine von Konkurrenz, Erfolg, harten Fakten und Zahlen geprägte. Mit den Augen eines Kindes auf die Welt im Allgemeinen und auf sein Leben im Besonderen zu schauen, das lässt Neues sehen und etwas erkennen, wofür Erwachsene in der Regel blind sind. Der alte Begriff der „*Muße*“, dem das Altgriechische „*schole*“ entspricht, aus dem sich unsere „*Schule*“ ableitet, steht für jenen Raum und jene Zeit abseits der Arbeit, in dem und in der sich der – nicht nur junge – Mensch mit „*Dingen*“ beschäftigen kann, die nicht Mittel für einen konkreten und oft dominierenden Zweck sind, wie z. B. mit Schönheit, Erkennen oder Freundschaft.<sup>49</sup> In der modernen Gesellschaft wird ein derart verstandener *Müßiggang* selbst Kindern in der Schule nicht mehr zugestanden, dabei lässt gerade er innehalten, verweilen, reflektieren und Spuren zu einem richtigen Leben erkennen.

Die strahlenden Augen eines Kindes legen die Schwerpunkte des Lebens nicht auf Besitz, Macht und Geltung; das kindliche Auge – oder Herz, das im Sinne des Kleinen Prinzen von *Antoine de Saint-Exupéry*<sup>50</sup> (1900 bis 1944) besser sieht – kennt ein „*Zögern*“ gegen solche gängigen Ziele. Das Kind sammelt vielmehr Glücksmomente, es strebt nach innerem Glück. Nicht das Maximieren materiellen Besitzes, der Zahl an untergebenen Mitarbeitern oder der Medienpräsenz interessiert, sondern das Sein selbst steht im Vordergrund, Glück und Sinn sind hier Wert an sich und nicht Mittel zu einem gängigen Zweck.<sup>51</sup>

Eine an den strahlenden Augen eines Kindes orientierte *Lebenskunst* – also „*Kunst, das Leben zu meistern*“<sup>52</sup> – eine solche erweitert die Bewährung im täglichen Wettbewerb, im „*Kampf*“ um Geld, Erfolg, Karriere, Macht, Ansehen etc., um das Streben nach Glück, bei dem das Herz für schöne Seiten des Lebens und für das Sein geöffnet wird, das Glücksmomente und das Sinn in Lebenssituationen bereithält.<sup>53</sup>

Durch die Welt mit den strahlenden Augen eines Kindes zu gehen, macht auch Eigentümlichkeiten der oft für kalt erachteten Erwachsenenwelt deutlich. Bei der Reise des *Kleinen Prinzen* zu den Asteroiden lernt er sehr „*wunderliche große Leute*“ kennen, wie den König mit seiner Machtgier, den Eitlen mit seiner Sucht nach Anerkennung, den Säufer mit seiner Trunksucht, den Geschäftsmann mit seiner Habsucht, den Laternenanzünder mit seinem unreflektierten Befolgen von Vorschriften und den Wissenden mit seiner Einsamkeit. Das Verstörende dieser Welt sieht das kindliche Auge deutlich:<sup>54</sup>

- Macht(sucht) kann blind und einsam machen;
- die Bewunderung durch Andere geht mit Positionen und Vermögen schnell wieder verloren;
- der Säufer trinkt so viel, weil er traurig darüber ist, dass er säuft;
- Besitzenden fehlt oft die innere Beziehung zu ihrem Besitz, aber man besitzt nur dann wirklich, wenn man sich um seinen Besitz verantwortungsvoll kümmert;
- obsoletere Vorschriften oder Weisungen werden gedankenlos ausgeführt, gefragt ist das Hinterfragen;
- der Wissende interessiert sich nur für das ewig Gültige, für die „Wahrheit“, aber an der vergänglichen Schönheit z. B. einer Blume geht er vorbei, womit er das Wesentliche im Leben versäumt.

Glück in der Kindheit zu erfahren, kann auch mit *Ritualen* zu tun haben, also mit Handlungen, deren Sinn über das konkrete Tun in der Situation hinausweist. Sie sind mehr als bloße Traditionen, also als Verhaltensweisen, die in bestimmten Situationen durch eine Gruppe vollzogen werden. Ein Ritual kann z. B. das Schenken anlässlich des Weihnachtsfestes sein: Die Handlungen des Schenkens und der Entgegennahme eines Geschenks gehen über den bloßen Austausch von Gütern hinaus, indem sie nämlich eine besondere Beziehung zwischen Geschenkgeber und -nehmer, indem sie Zuneigung und Sympathie ausdrücken. Ohne einen solchen tieferen Grund stellen diese Handlungen dagegen bloße Traditionen dar. Eine Handlung eher der Kategorie der Tradition oder jener des Rituals zuzurechnen, das kann sich sowohl in die eine wie in die andere Richtung ändern. Ferner mag nicht immer eindeutig erkennbar sein, ob eine Handlung mit Sinn aufgeladen ist; jedenfalls enthält ein Ritual ein Mehr, etwas sinnlich nicht Erfahrbares, einen sog. Transzendenzbezug – auf ein Gefühl, auf eine Liebe, auf eine Idee oder auch auf eine Vorstellung von Gott.<sup>55</sup>

Rituale wie das Feiern von Festen, etwa von Geburtstagen oder Weihnachten, können vornehmlich bei Kindern einen besonderen *Zauber* auslösen, also zu einer unmittelbaren Erfahrung führen, die das Kind in den Bann zieht. Neben dem Zauber schaffen Rituale Sicherheit, Geborgenheit, sie bieten eine *Heimat*.<sup>56</sup> Es ist eine Komponente des Glücks der Kindheit, über Rituale im Familien-, im Verwandten- und Bekanntenkreis, in der Schule usw. immer wieder verzaubert zu werden und Beheimatung zu erfahren; „*Beheimatung*“ ist das Heimisch-Werden in einer *Gemeinschaft*, die von Wertschätzung getragen ist und wo der Mensch Geborgenheit findet und gibt, in ihr spürt er, in dieser Welt nicht verloren zu gehen. Als Erwachsener sehnt man sich vielfach nach dieser „zauberhaften Atmosphäre“ bestimmter Situationen, versucht man, sie in einer entzauberten, total verwalteten, kalten und kaum Heimat bietenden Welt zu rekonstruieren, wieder erlebbar zu machen.

Kindern Rituale (und Traditionen) bewusst zu bieten, erscheint daher als zentraler Teil der ersten Sozialisationen. Auch damit gehen frühe und für das weitere Leben zentrale Glückserfahrungen einher. Zu solchen Ritualen gehören bestimmte Zeitpunkte, Orte, Formen, verbale und andere sinnlich erfahrbare Zeichen, ein bestimmter Kontext, eine gewisse Verbindung zwischen Vergangenheit und Zukunft und besonders ein über die Handlung hinausgehender Bedeutungszusammenhang, also „Sinn“. Solche Rituale gestalten den Alltag (Aufstehen, Zubett-Gehen, Essen etc.), Jahres- und andere Zeiten (Begrüßung, Sonnenwende, Erntedank, Ostern etc.) und auch Wendepunkte im Leben (Geburt, Initiation, Ehe, Tod etc.). Rituale rhythmisieren das (Kinder-)Leben, sie schaffen Formen der Wiederholung. Die Rhythmisie-

rung des Lebens ist ein zentrales und großes Geschenk von Eltern und anderen Menschen an Kinder.<sup>57</sup>

Mit dem Ritual wird die Verbindung zu etwas Besonderem hergestellt. Es hebt eine Handlung aus dem Einerlei des Lebens, aus der Alltäglichkeit heraus, erhöht sie und setzt mithin Akzente. Mit dem Inhalt des Rituals wird ein Bezug geschaffen, der über das Ich, über das unter Umständen als klein und erbärmlich empfundene Ich hinausreicht. Der Bedeutungszusammenhang kann in die Vergangenheit und in die Zukunft reichen, er setzt – zumindest in der kindlichen Sozialisation – ein Gespräch zwischen den Generationen voraus und er ist nicht auf dem Reißbrett einfach konstruier- und einschaltbar. Eine „verwaltete Geburt“, eine „verwaltete Eheschließung“ oder ein „verwalteter Tod“ sind noch keine Rituale, denn es fehlt in der Regel der über das Ereignis hinausstrahlende Bedeutungszusammenhang. Erst dieser öffnet Perspektiven in die Vergangenheit und/oder Zukunft, gibt Verbindlichkeit und Orientierung im Leben, lässt Geborgenheit und Liebe erfahren und Heimat finden. Damit ermöglichen Rituale Glückserfahrungen, sie können Momente des Glücks schenken.<sup>58</sup>

Die Sehnsucht nach dem (verlorenen) Glück, davon lebt der Mensch: Dieses Glück handelt von Geborgenheit und Liebe, von Achtsamkeit und Sorge, die man als Kind durch Eltern, auch über Rituale, erfahren kann; eine solche Einbindung in der Familie bietet dem Kind einen stabilen sozialen Rahmen vornehmlich durch Eltern und Geschwister, aber auch Verwandte und weitere Menschen. Hat man als Erwachsener ein solches Glück der Kindheit, eine solche familiäre Sozialisation erleben dürfen, so kann man diese Erinnerung in die Erwachsenenwelt holen, um an den Widersprüchlichkeiten des Lebens nicht zugrunde zu gehen. Als Kind Glück kennen lernen, das trägt den Menschen ein Leben lang.

War es einem Erwachsenen in der Kindheit aus den unterschiedlichsten Gründen verwehrt, Erfahrungen des uneingeschränkten und *unbedingten* Angenommen-Seins, des Geliebt-Werdens zu machen, also ohne hierfür konkrete Leistungen erbringen, „Bedingungen“ erfüllen zu müssen, so gibt es keine Erinnerung und folglich auch keine Sehnsucht mit Blick auf die Kindheit. Eine Sehnsucht nach Glück und Sinn stiftenden Zusammenhängen wird er dennoch in sich spüren, denn sie ist in den Menschen hineingelegt.

Das (bisschen) Glück im Sinne von Geborgenheit, Liebe, Achtsamkeit, Sorge, Wohlwollen etc. aus der Kindheit erscheint als das Richtige, das dem Falschen beigemischt ist. Lebenskunst zu entwickeln bedeutet hier:

- Sich der Spuren zum Richtigen aus der Kindheit bewusst werden, also aus dem Gedächtnis solche Wege holen, sich an sie erinnern, sie neu aufgreifen und vielleicht sogar rekonstruieren; sich bewusst werden, dass nichts selbstverständlich ist, das Vergangene wertschätzend und dankbar annehmen und darin Richtiges – und damit Glück und Sinn Bietendes – erkennen.
- Spuren zum Richtigen für die Gegenwart und Zukunft, also für das weitere Leben in dieser Welt entwickeln; die Erfahrung von Richtigem in der Kindheit, die Erinnerung daran und die Sehnsucht danach erleichtern das Erkennen und Ziehen solcher Spuren, aber auch ohne diese Erfahrung, also im Fall eines „leeren“ Glücksgedächtnisses, kann der Mensch durch Reflexion Spuren zum Richtigen für sich entdecken.



Erwachsene fühlen sich häufig zu wenig geliebt, so wie sie selbst meist zu wenig lieben (können). In der Welt der Erwachsenen herrscht ein *Mangel an Liebe*. Zahlreiche Menschen fühlen sich in der Familie, im beruflichen und gesellschaftlichen Umfeld oft wenig geborgen, kaum angenommen und wertgeschätzt, sie erleben die Welt als eine der Unsicherheit, der Konflikte, der Demütigung, der Entwertung und der Instabilität. Es sind die Bilder der Liebe aus der Kindheit, diese Sehnsucht nach einem frühen Glück, die den Erwachsenen ein Leben lang aufrecht halten können. Denn sie verleihen der Kindheit einen geheimnisvollen Reiz.

Dieser Reiz der glücklichen Kindheit wird helfen, auch das (Erwachsenen-)Leben als reizvoll zu erachten. Das Sein und das Dasein können als ein *Fest*, wie es ein Kind (hoffentlich) häufig erfahren darf, als ein *Geschenk*, von denen ein Kind aus reiner Liebe heraus – und nicht als Gabe für eine bestimmte Leistung – zuhauf erhält, als ein *schönes Rätsel*, von denen man als Kind viele lösen darf, erkannt werden.<sup>59</sup>

Der Reiz des Lebens ist für Erwachsene aber vielfach (nicht mehr) sichtbar. Das Sein und das Dasein erscheinen schwer beschädigt, von einem Fest, Geschenk und schönen Rätsel ist das reale Leben meist meilenweit entfernt, so die Sichtweise vieler Erwachsener. Dementsprechend zeigen sie sich wenig festlich gestimmt, undankbar und an rätselartigen Herausforderungen des Lebens nicht interessiert.

Über der Welt liege *Adorno* zufolge ein Bann, der Bann des sog. „Äquivalententausches“, des kapitalistischen Wirtschaftssystems, der Leistung und Gegenleistung, der Geld zum zentralen Maßstab auch der nicht-ökonomischen Interaktionen zwischen Menschen mache, der hiermit auch die Liebe ökonomisiere und daher wahre Gemeinschaft, wahre Geborgenheit und Liebe verunmögliche. Der Sprung aus solchen weltlichen Bezügen, aus diesem Falschen ist nicht mittels einer „Revolution“ im klassischen Sinn erreichbar. *Karl Marx* meinte, Revolutionen seien die Lokomotive der Weltgeschichte, doch ist das hier angesprochene Falsche mit einer Machtergreifung und Weiterentwicklung einer von bestimmten Fesseln befreiten Gesellschaft, mit der Betonung von Arbeit, von wissenschaftlich-technischem Fortschritt usw. tatsächlich schon überwunden, sind damit Spuren zum Richtigen gefunden und sichergestellt? Die Empirie zu diesem Weg lässt daran zweifeln. Vielmehr bedarf es eines Griffes nach der Notbremse im Zug, in dem Menschen und Gesellschaften unterwegs sind: Die Notbremse zu ziehen, um sowohl auf der individuellen als auch auf der kollektiven Ebene zu einem Mehr an Liebe, an Achtsamkeit und Sorge, an Wertschätzung und Wohlwollen etc. zu kommen, also kurz: um dem Falschen ein Mehr an Richtigem abzugewinnen.

Das Bild der Notbremse braucht ja nicht überstrapaziert zu werden. Es geht nicht darum, den Zug der persönlichen und vor allem gesellschaftlichen Entwicklung zum Stillstand zu bringen, vielmehr soll der Vergleich ausdrücken, die Geschwindigkeit diverser Züge, also gesellschaftlicher Vorgänge und Entwicklungen bewusst zu reduzieren, es geht um ein Verlangsamen, ein Nachlassen, ein Innehalten, um etwas mehr gesellschaftliche Wärme, um eine Entbrutalisierung, um eine Rettung des einzelnen Menschen vor einer total verwalteten, ökonomisierten und dynamisierten Welt.

Sowohl der sozialistische Kollektivismus als auch die sog. „freie“ kapitalistische Gesellschaft bedrohen den Spiel- und Freiraum des Einzelnen. Für Glück und Sinn stiftende Zusammenhänge braucht der Mensch eine Balance zwischen der individuellen Freiheit einerseits und der sozialen Einbindung, also der Gesellschaft andererseits. *Weder* der einseitige Fokus auf

sich selbst, die totale Individualisierung, die Vereinzelung, der völlige Rückzug aus der Gesellschaft *noch* das Aufgehen des Ich in der Gesellschaft erscheinen adäquat: Der Blick ist sowohl auf sich selbst als auch auf Andere zu richten.

Der Griff nach der Notbremse, um den Bann der Welt zu überwinden, das bedeutet, das Hier und Jetzt (wieder) als Fest, als Geschenk und als schönes Rätsel zu sehen. Doch wie nimmt man den Bann von der Welt: zum einen auf dem Weg der Sehnsucht nach dem verlorenen Glück der Kindheit, zum anderen auf dem Weg der Kunst.

Der *Weg der Sehnsucht nach dem Glück der Kindheit* schafft eine Idee von Glück, er hält Bilder eines möglichen Glücks bereit, die zum Widerstand gegen Facetten eines falschen Lebens auf gesellschaftlicher und auf individueller Ebene aufrufen und die den hierfür nötigen Kräftespeicher bilden. Die Idee des Glücks der Kindheit kann als Motor des Denkens und Handelns fungieren. Das Glück der Kindheit ist Richtiges, das dem Falschen der Welt beigegeben ist, es zeigt in dieser Welt eine Spur des wenigen Richtigen. Und diese Spur vermag in der Gesellschaft und im einzelnen Leben viel an Veränderung zum Richtigen, zum Guten auszulösen, denn sie führt zur Versöhnung, zu einem umfassenden Frieden: mit der Welt, mit anderen Menschen und mit sich selbst.

Diese Versöhnung bedeutet „Frieden finden“: Im Deutschen ist der Inhalt von „Frieden“ heute vielerorts auf die Abwesenheit von kriegerischen Auseinandersetzungen reduziert. Das hebräische „*Schalom*“, das gemeinhin mit „Frieden“ übersetzt wird, zeigt dagegen die Mehrdimensionalität von Frieden, es legt den Fokus auf den einzelnen Menschen selbst (innere Stimmigkeit), auf den zwischenmenschlichen Umgang und auf das Miteinander von Völkern und Staaten.

Die Sehnsucht nach dem Glück der Kindheit und die ihr folgende Versöhnung halten den Menschen von einem generellen Nein zum innerweltlichen Leben, auch von einem schnellen Ausweg aus diesem Leben ab. Die Idee des Glücks und die Versöhnung zeichnen Spuren zu einem richtigen Leben.

Der *Weg der Kunst* bietet Zauber-Worte, Zauber-Töne, Zauber-Bilder usw., d. h. *Kunstwerke* verzaubern, Künstler wie Adressaten. So wie Bilder des Glücks der Kindheit führen auch Kunstwerke tendenziell zu einem Ja zum Leben, zu einem Weg, dem häufig falschen Leben Richtiges abzugewinnen. Kunst hält davon ab, die Welt und das Leben zu verwerfen, geleitet dazu, das Sein nicht nur als unreine Störung, als unangenehme Ausnahme vom Normalzustand des reinen Nicht-Seins zu sehen, sondern die Welt und das Leben als Fest, als Geschenk und als schönes Rätsel zu sehen.

Die Rede vom falschen Leben, dem Richtiges beigegeben ist, hält von einer Art des Ja zum Leben ab, die man mit dem I-A-Sagen eines dummen Esels verwechseln könnte. Vielmehr führt diese Rede zu einem *reflektierten Ja*: Die Affirmation der Welt und des Lebens bedeutet Sympathie für das Weltliche, ohne es in einen Glorienschein zu hüllen, sie wehrt sich gegen all die Widersprüchlichkeiten, all das Leid und den Schmerz und schließlich gegen den Tod.<sup>60</sup>

Kunst bietet Heimat, d. h. in Kunst kann der Mensch eine ästhetische *Beheimatung* finden. Obwohl Schmerz, Leid und Tod das Leben falsch und absurd erscheinen lassen, kann der

Mensch mit Kunst Heimat im Leben finden, (auch) mit ihr kann er die „große Gesundheit“ der Lebensbejahung entwickeln und damit dem Falschen Richtiges abtrotzen. In (aktiver und passiver) Kunst vermag auch der enttäuschte und verletzte Mensch Schönheit, Glücksmomente und Lebenskraft zu finden. Insofern bildet Kunst einen Therapie- und Heilungsversuch bei qualvollen Erfahrungen. Diesen Zugang auf Kunst wählt etwa die mexikanische Malerin *Frieda Kahlo*.<sup>61</sup> Auch Literatur lässt Heimat finden, indem sie einlädt, eine Welt zu suchen, in der man leben kann, und wenn man eine solche realiter nicht findet, sie zu erfinden.<sup>62</sup>

Sobald sich der Mensch der Kunst hingibt, sich verschenkt, befreie er sich, so *Adorno*, vom Bann der kalten Geldwirtschaft. Hingabe, Sich-Schenken, Liebe, Wohlwollen usw. wären keine Kategorien der kapitalistischen Gesellschaftsordnung, aber für Glück und Sinn im Leben wären sie unverzichtbar. Das Tauschprinzip dieser Ökonomie führe zu einem distinkten Ich-Bewusstsein: Um tauschen zu können, muss das Ich von einem anderen Ich unterschieden werden, denn mit sich selbst kann man nicht tauschen. Der Tausch ist die Grundlage der Mein-Dein-Unterscheidung, der Intersubjektivität.<sup>63</sup>

Während beim geldvermittelten Tausch eine Übereinkunft der handelnden Subjekte über den Preis unabdingbar ist, anderenfalls würde das Geschäft nicht zustande kommen, herrscht bei Kunstwerken kein Zustimmungszwang, sie brauchen nicht die Zustimmung ihrer Adressaten, es herrscht „Ungezwungenheit“, also die Freiheit der Meinungen hierzu. Kommunikative und hermeneutische Leistungen von Kunstwerken erscheinen *Adorno* höchst zweifelhaft: Große Künstler wie *Goethe* würden mit Deutungen keine wirkliche Freude haben, Kunstwerke seien einfach nicht als Objekte der Hermeneutik zu begreifen, d. h. Kunstwerke wiesen stets einen Rätselcharakter auf.<sup>64</sup>

So wie Kinder Rätselspiele lieben, so ist der Kunst das Rätsel immanent. Kinder und Rätsel weisen eine Parallele auf: Sowohl dem Kind als auch der Kunst geht es nicht um einen Nutz-, Funktions- oder Gebrauchswert, nicht um eine Instrumentalisierung und nicht um finanziellen Nutzen, sondern um die Sache selbst, das Rätsel, das Kunstwerk ist Zweck an sich. Das Rätsel des Kindes und das Kunstwerk des Künstlers, sie sind vor dem Hintergrund des Äquivalententausches etwas Funktions- oder Nutzloses, etwas Überflüssiges, ein systemfremder Luxus.<sup>65</sup>

Die Spiele und Rätsel der Kinder und die Kunstwerke der Künstler können in einer von Geld getriebenen Gesellschaft den Blick frei machen für Richtiges in der Welt, sie können den Bann der Ökonomisierung lösen, die Welt verzaubern. Spiele, Rätsel und Kunstwerke mit ihrer offenen Bedeutung, sie lassen die Luft eines richtigen Lebens atmen.

Die Rede vom richtigen im falschen Leben zielt nicht auf eine revolutionäre Heilslehre, auf die Schaffung des völlig anderen Menschen und der völlig anderen Gesellschaft, sondern der Zauber der Kindheit und der Kunstwerke kann den ver-rückten Menschen und die ver-rückte Gesellschaft ein wenig zurechtrücken. Der evolutionäre Weg zu einem richtigen Leben besteht in einer *Ver-rückung des beschädigten Lebens*.<sup>66</sup> Jeder Mensch steht demnach vor der Herausforderung, eine Lebens-Kleinkunst für sein subjektives Glück und seinen subjektiven Sinn zu entwickeln; sich dem Spiel, dem Rätsel und dem Kunstwerk hinzugeben, vermag dabei entscheidend zu helfen.

Der Weg der Lebens-Kleinkunst lehnt die Moderne nicht ab, er möchte nicht auf eine gänzlich andere, „frühere“, „paradiesische“ (?) Stufe der menschlichen Entwicklung zurückführen. Vielmehr gilt die Herausforderung, in der modernen Gesellschaft zu bestehen, ihr Richtiges abzugewinnen: „*Il faut etre absulement moderne*“, pflegte *Adorno* oft zu sagen.<sup>67</sup>

Auch wenn die moderne Gesellschaft durch eine Tausch- und Geldrationalität verhext zu sein scheint, *Kinder und Kunstwerke* ziehen Spuren zu einem richtigen Leben, sie haben Vieles gemeinsam:

- Kinder haben keine Angst vor dem Nicht-Sein, Kunstwerke reichen über das Sein des Künstlers hinaus.
- Kinder sind unbeschwert von der Geldökonomie, Kunstwerke sind Zweck an sich, das „interesselose Wohlgefallen“ (*Immanuel Kant*) an der Kunst zählt.
- Kinder malen, musizieren, reimen usw., auch Kunstwerke enthalten Spiel, Experiment und Rätsel.

Der Wunsch, nicht erwachsen sein zu müssen, die Sehnsucht nach dem verlorenen Glück der Kindheit bewahrt den nachdenkenden Erwachsenen nicht vor dem traurigen Wissen um das zum Teil sehr schwer beschädigte Leben; das Kind und der weise Greis bestehen insofern in einer Person.<sup>68</sup> Subjektive Lebens-Kleinkunst zu entwickeln, das kann die nötige Ver-rückung bewirken.

## Spielen, Schenken und ihr Zauber – „Übungen zum richtigen Leben“

**K**inder könnten einen „*Zauber des Lebens*“ – vermittelt durch Spiele, durch Rituale usw. – spüren; seinen Aphorismus „Kaufmannsladen“<sup>69</sup> aus den „*Minima Moralia*“ beginnt *Adorno* mit der Frage *Hebbels*, was dem Erwachsenen den Zauber des kindlichen Lebens wohl nähme, und er zitiert dessen Antwort, dass das Kind denke, alles geschehe aus reiner Lust und Freude an der Sache, doch der Erwachsene würde wissen, warum es geht. Nämlich, so die Antwort *Adornos*, um den sog. „Erwerb“, also um den Tausch von Gütern in einer von Eigennutzstreben und Egoismus beherrschten Wirtschaft, also nur um die Aneignung von Waren. Das konsequente Zweckdenken, also die Ausrichtung allen Handelns auf (monetäre) Ziele hin entzaubere die Anschauungswelt; der anfängliche Zauber des Lebens gehe mit dieser Lebensweise verloren.

Der „Warenwelt“ des Erwachsenen, die dem Prinzip der Aneignung folge, stehe die kindliche „*Welt des Spieles*“ gegenüber, in ihr wären die von „Aneignung“ gereinigten Dinge bunt und zugleich nützlich, in ihr gehe es nicht um Tausch-, sondern um Gebrauchswert. Das kindliche Spiel sei „unwirklich“, „fiktiv“ und insofern drücke es aus, dass „das Wirkliche noch nicht ist“, also über die Welt des Äquivalententausches hinausreiche. Das Spielen des Kindes und das Spielen wie die Kinder wären demnach bewusste Übungen zum richtigen Leben.

Spielen wie die Kinder, nicht ständig nach dem Tauschwert von Sachen schielen, den Zauber des kindlichen Lebens über das Spielen wieder einfangen, ihn so in das Leben des Erwachsenen wieder hereinholen, das kann eine Spur zum richtigen Leben bieten.

Im Aphorismus „Umtausch nicht gestattet“<sup>70</sup> geht es um das *Schenken*. In der modernen Gesellschaft verstoße das Schenken gegen das allgegenwärtige Tauschprinzip, demnach hafte ihm etwas Widersinniges und Unglaubwürdiges an. Heute geschehe Schenken erstens als

verwaltete Wohltätigkeit, als Charity, in der für menschliche Nähe und Regung kaum Platz wäre, die sogar zu einer Demütigung der Beschenkten durch deren Behandlung als Objekte führe. Zweitens wäre das private Schenken auf eine soziale Funktion herabgesunken, die mit widerwilliger Vernunft, mit sorgfältigem Abwägen zum eingesetzten Budget, mit skeptischer Abschätzung des Anderen und mit der Minimierung der eigenen Anstrengung umgesetzt werde.

Wirkliches Schenken erfordere, das Glück, das Wohl des Beschenkten anzustreben, es setzt voraus, sich mit dem zu Beschenkenden zu beschäftigen, sich in sein Leben zu versetzen, kurzum eine Beziehung aufzubauen, Empathie und Sympathie zu entwickeln. Der Andere werde hier nicht als Objekt des Schenkungsvorgangs, sondern als Subjekt gedacht. Im besten Fall werde in der Moderne das geschenkt, was man selbst gerne hätte, aber das um einige Nuancen schlechter.

Wirkliches Schenken kann man lernen, indem man eine menschliche Beziehung aufbaut, indem man auf den Anderen Rücksicht nimmt und dessen Wünsche und Sehnsüchte aufgreift, indem man auf dessen Wohl und nicht auf den Eigennutz fokussiert. Mithin gilt es beim Schenken, Achtsamkeit und Sorge für den Anderen zu entwickeln und damit dessen Glück zu suchen und anzustreben. So kann Schenken einer gesellschaftlichen Kälte entgegenwirken, es kann Wärme und Nähe bringen, die gemeinschaftliche Verbundenheit von Menschen steigern und Glücksmomente, auch in Verbindung mit Ritualen des Schenkens, generieren.

Ein Geschenk kann materieller Natur sein; beim wirklichen Schenken kommt ein Beziehungs- und damit Bedeutungszusammenhang hinzu, die geschenkte Sache vermittelt also einen über den reinen Gebrauchswert hinausgehenden Sinn für die so verbundenen Menschen. Ein Geschenk kann auch immaterieller Natur derart sein, dass man sich schenkt, dass man dem Anderen seine Zeit, Zuwendung, Aufmerksamkeit, Fürsorge, Trost etc. zukommen lässt. Das Wohl des Beschenkten ist im Fokus, damit entsteht auch hier ein z. B. über die getauschten Worte hinausgehender Bedeutungszusammenhang.

„Spielen wie Kinder“ und „empathisches Schenken“, das können Übungen zum richtigen Leben sein. Sie können den kindlichen „Zauber des Lebens“ in die Welt des Erwachsenen herein- und zurückholen.

Der „*Zauber des Lebens*“ spielt auch im berühmten Gedicht „Stufen“ eine zentrale Rolle. Es hieß ursprünglich „Transzendieren“, *Hermann Hesse* (1877 bis 1962) schrieb es im Jahr 1941 nach einer langen Krankheit und in seinem 1943 erschienenen Roman „*Glasperlenspiel*“ gibt er es als zentrale Botschaft zum *Wandel im Leben* wieder.<sup>71</sup>

Dieser „Zauber“ steht für „das ewig Gute“, das dem Leben Glück und Sinn verleihen kann, er ist Ausdruck eines in jeder Lebensstufe hoffnungsvollen Blicks in die Zukunft. In diesem Gedicht mit drei unterschiedlich langen Strophen setzt sich *Hermann Hesse* mit den Themen Altern im Leben und Tod auseinander. In der ersten Strophe fallen als Ausdruck der wechselseitigen Beziehung von Leben und Tod die Antithesen „blüht – welkt“, „Jugend – Alter“ und „Anfang – Abschied“ auf; am Ende der ersten Strophe steht das berühmte Zitat:

„Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,  
Der uns beschützt und der uns hilft zu leben.“<sup>72</sup>

Der Mensch könne in jeder Lebensstufe „blühen“ und selbst der Tod sei kein verschlingendes ewiges Nichts, sondern biete die Aussicht auf einen zauberhaften Neuanfang.<sup>73</sup>

In der zweiten Strophe geht es um Aufbruch und Reise.<sup>74</sup> Sie soll den Menschen zur steten Bereitschaft anregen, in jeder Lebensstufe Änderungen vorzunehmen, die „Räume“ des Lebens zu durchschreiten, sie also nicht still oder konstant halten zu wollen; obendrein werden die Weisheit und die Erfahrung, die sich im Alter einstellen, hoch bewertet. Negativ sieht Hesse ein „gutbürgerliches Leben“, das sich allzu heimisch einrichtet und das folglich zu erschlaffen droht. Lähmender Gewöhnung könne sich nur entreißen, wer stets zu Aufbruch und Reise bereit ist; nur ein solches Leben sei reizvoll. Die dritte Strophe behandelt das Sterben und den Tod.<sup>75</sup> Auch sie könnten dem Menschen noch neue „Räume“ erschließen, selbst der irdische Tod brauche den Menschen nicht in Verzweiflung zu stürzen, er sei der Übergang zu einer neuen – transzendenten – Lebensstufe.<sup>76</sup>

Spielen und Schenken, so wie es viele Kinder erleben dürfen, können den erwachsenen Menschen zeitlebens dazu anregen, in jeder Lebensstufe für sich nach einem „Zauber des Lebens“ aktiv Ausschau zu halten; er zieht Spuren zu Glück und Sinn.

## Ja zum Leben sagen

**S**tünde die Welt unter einem ausweglosen Bann, so wäre die schnelle Flucht daraus die adäquate Antwort. Doch die Welt bietet die Möglichkeit der Ver-rückung und damit die Chance auf Glück und Sinn für den Einzelnen. Die Kindheit, aber ebenso das Erwachsenenleben können viele Glücksmomente bieten, Augenblicke und Begebenheiten, die das Leben als Ausnahme vom Nicht-Sein als genießbar, als kostbar oder gar als zauberhaft erscheinen lassen. Nach und zwischen Glücksmomenten ist es die Erinnerung an, das Wissen um, die Sehnsucht nach diesen Momenten, die zu Lebens-Kleinkunst führen.

Jedenfalls der erwachsene Mensch ist im Angesicht von Todesfällen in der sozialen Umgebung, von biologischen Veränderungen an Anderen und besonders am eigenen Körper usw. mit dem Sterben und dem *Nicht-Sein* konfrontiert. Furcht und/oder Angst überkommen den Erwachsenen: Die Furcht ist ein Fürchten vor einem Objekt, die Angst dagegen ist ohne ein solches Objekt. Der Mensch fürchtet sich im Allgemeinen nicht oder wenig vor dem *Sein*, die Furcht vor dem Sein in Gestalt der Bewältigung konkreter Lebenssituationen ist in der Regel wenig bedeutend im Vergleich zur *Angst* des Menschen vor dem Nichts, vor dem *Nicht-Sein*.<sup>77</sup>

Die meist abgründige Angst vor dem Nichts betrifft weniger das Nicht-Sein *vor* Zeugung und Geburt als vielmehr das Nicht-Sein *nach* diesem innerweltlichen Leben. Diese große Angst vor dem Nichts macht die Unterbrechung, die Zeit des Lebens im Hier und Jetzt kostbar, das Wissen um das künftige Nicht-Sein ist ein großes Kompliment an das Sein, es führt zu großer Wertschätzung, zu Achtsamkeit und Sorge für dieses Leben.

Der *Tod* und das künftige *Nicht-Sein* sind nicht die Rechtfertigung für das lethargische Ertragen des irdischen Lebens, für ein Durchhalten bis zum Ende, vielmehr sind sie erst die Ursache für eine aktive Gestaltung des Lebens. Es ist die Endlichkeit des Lebens, die den einzelnen Menschen zu einer *Lebenskunst* animiert; würde das Leben dagegen unendlich lange dauern, wäre niemand zu einer aktiven Gestaltung motiviert, denn es würde keine Rolle

spielen, etwas heute, morgen oder übermorgen zu machen, all das würde im unendlichen Leben bedeutungslos werden.<sup>78</sup>

Der in der Angst vor dem Nichts gründende Aufruf zur Lebenskunst ist mit schweren Beschädigungen des Lebens konfrontiert, die von Kriegen, Massenmorden, Vertreibungen, Not und Elend über Krankheit, Schmerz und Wehwohlen bis zum Sterben und zum Tod reichen. Einzelnen mag das Leben abgründig schlecht und oberflächlich erscheinen, solche Menschen sehen keinen Anlass zum Lachen. Das Kind kann meist unbeschwert lachen, haben Erwachsene nichts mehr zu lachen?<sup>79</sup>

Das Lachen hat in religiösen und anderen Heilslehren keinen leichten Stand, aber auch davon losgelöst bietet die Endlichkeit des Lebens nicht wirklich Anlass zum Lachen. Doch wird das innerweltliche Leben dadurch erträglicher, dadurch besser und schöner, dass man es abwertet, geduldig und traurig abwartet? Gerade weil der Tod und das Nicht-Sein vor der Tür warten, könnte das Motto einer Lebenskunst der Leichtigkeit lauten: „*Always look on the bright side of life!*“.<sup>80</sup>

Das Leben als die Ausnahme vom Normalzustand, als eine *reizvolle Störung des Nicht-Seins* wertschätzen, feiern und genießen, in vielen kleinen Lebenssituationen Glück und Sinn für sich entwickeln – die Beschädigungen des Lebens braucht man hierbei nicht kleinzureden oder zu negieren. Über einzelne Verwerfungen kann man sich nicht hinwegschwindeln, man wird sie in die subjektive Lebenskunst integrieren müssen, der Fokus kann allerdings auf andere Lebenssituationen mit Glücks- und Sinnmöglichkeit und darüber hinaus auf einen größeren Sinnzusammenhang gelegt werden. Selbst größte Beschädigungen des Lebens schließen nicht aus, ein *Ja zum Leben* zu sagen, wie etwa *Viktor E. Frankl* in seinem Buch „... trotzdem Ja zum Leben sagen“ für die Zeit des Leidens und Sterbens in NS-Vernichtungslagern eindrucksvoll schildert.<sup>81</sup>

Zweifellos hat der glückliche und der Sinn entwickelnde Mensch leicht reden: Die Welt des Glücklichen ist eben eine andere als die Welt des Unglücklichen (nach *Ludwig Wittgenstein* (1889 bis 1951)). Nicht das Leben aller Menschen erscheint diesem als interessant, abwechslungsreich, tiefsinnig (!), voller Leichtigkeit und Spaß, zum Lachen usw. Auch wenn offen ist, ob all diese Voraussetzungen unabdingbar sind, um das Leben wertzuschätzen und sich darum zu sorgen, ist der Behagliche, der Lebensüberschwängliche nicht wirklich das Maß für alle, denn es gibt viele Situationen der tiefen Verzweiflung und der Trostlosigkeit. Hier ist die Rede von der Leichtigkeit und Kostbarkeit des Lebens wahrer Hohn.<sup>82</sup>

Kann in Fällen der tiefen Verzweiflung die Perspektive helfen, *post mortem* wären alle Liebenden wieder beisammen und man wäre z. B. als Mutter und als Vater, die ein Kind durch Krebstod allzu früh verlieren, im Jenseits dereinst und dann – endlich – auf ewige Zeit hindurch mit dem Kind in Geborgenheit und Liebe vereint? Der Trost, all das Falsche dieser Welt würde sich nach diesem irdischen Leben zum Richtigen wenden, enthält eine Bedingtheit: Es ist der konditionelle Satz „*Wenn* wir dereinst wieder zusammen sind, wird alles gut sein“, es kommt also auf das „*Wenn*“ an. Was, wenn diese Bedingung nicht gilt?<sup>83</sup>

Das Problem dieser bedingten Aussage liegt darin, dass sie erst aus einer Gesamt- oder Außenperspektive verifizierbar ist, aus zeitlicher Sicht also erst *nach* und nicht schon *in* diesem diesseitigen Leben. Und solange der Mensch *keine Gewissheit* zu einem jenseitigen Weiter-



leben – und das auch noch in inniger Verbundenheit mit den Lieben aus dem irdischen Sein – hat und solange er an eine solche Perspektive höchstens „glauben“ kann, wird er dies zum Anlass nehmen, mit seinem diesseitigen Leben in Achtsamkeit und Sorge umzugehen, es als kostbare Zeit zu empfinden und zu feiern.

Diese Ungewissheit des Menschen zu einer jenseitigen Perspektive ist eine Ungewissheit nach den Maßstäben der (Natur-)Wissenschaften des diesseitigen Menschen. Vielleicht hat der Umstand, dass der Mensch zumindest bislang ein jenseitiges Leben (im religiösen Glauben ein „ewiges Leben“) nicht verifizieren konnte, insofern seine Bedeutung, als die fehlende Gewissheit den (glaubenden) Menschen dazu animieren solle, sein irdisches Leben in Wertschätzung anzunehmen und nicht zu Gunsten einer jenseitigen Perspektive sofort zu verwerfen. Mithin soll der - nichtglaubende und glaubende - Mensch sein diesseitiges Leben als kostbaren Ausnahmezustand annehmen.

Ein *Ja zum Leben* bedeutet, aus diesem Leben im Hier und Jetzt etwas Richtiges machen zu wollen. Und das trotz aller Erschwernisse und Beschädigungen. „Es sei wie es wolle, es war doch so schön“ oder „Wie es auch sei, das Leben, es ist gut“, heißt es bei *Johann Wolfgang von Goethe* (im „*Türmer*“ bzw. im Gedicht „*Der Bräutigam*“). Beide Zeilen, das „wie es auch sei“ und das „doch“, sie bringen zum Ausdruck: Das Leben ist nicht immer eitel Wonne, nicht immer voller Sonnenschein und augenblicklichem Glück, vielmehr kann es sich als sehr strapaziös zeigen, auch kann es von schweren Verlusten geprägt sein – so verliert bei *Goethe* der Bräutigam seine Geliebte offenbar allzu früh, dennoch ist er für die Zeit, die er mit ihr verbringen durfte, dankbar, diese wenn auch kurze Zeit erfüllt ihn mit Glück und Sinn.<sup>84</sup>

Der Türmer und der Bräutigam schätzen die diesseitige Welt, sie finden Gefallen an ihr und sind dankbar für all das, was sie bereithält. Das *Weltliche*, das diesseitige Leben wird im Vergleich zu gnostischen Ansätzen *enorm aufgewertet*. Theologisch gesprochen: Die Schöpfung, das Sekundäre wird gepriesen – und nicht (oder weniger) der Schöpfer, das Primäre. So rühmt etwa die Bibel die Schöpfung als „gut“, ja sogar als „sehr gut“, gnostische Ansätze hingegen verwirft sie als falsch. Letzteren stehen auch *Goethes* Zeilen diametral entgegen, denn sie werten die Welt, das Sekundäre auf.<sup>85</sup>

Das Leben als im Grunde gut und richtig anzusehen, diese Sichtweise formulieren neben *Goethe* viele große Köpfe der (Kunst-)Geschichte. Diese Einsicht konnte sogar in die moderne massenorientierte Unterhaltungs-, besonders in die Filmindustrie (der heutigen westlichen Welt) auswandern; „*Life is beautiful*“ ist zum Motto zahlreicher Filme geworden. Dabei fällt auf, dass dem Sekundären diese *Wertschätzung* trotz all seiner früheren und aktuellen schweren Beschädigungen gezollt wird.<sup>86</sup> Sie konnte weder durch die beiden Weltkriege, durch die Schoa und Genozide, durch spätere Kriege (von Korea und Vietnam bis zum Nahen und Mittleren Osten) usw. zu Gunsten gnostischer Ansätze aufgehoben oder zerstört werden.

„*Das Leben ist grundsätzlich schön*“, das gilt offenbar auch oder gar besonders dann, wenn es akut bedroht ist. So ist eine Szene zum Überleben in einem NS-Konzentrationslager bekannt geworden: Vater und Sohn befinden sich im Vernichtungslager, das Gebrüll und die furchtbaren Taten der Wächter und Peiniger sind allgegenwärtig, der Vater versucht, seinem Sohn dadurch Lebensmut zu schenken, indem er vorgibt, bei all dem Geschehen handle es sich um ein Spiel mit hohen Siegeschancen: Wer durchzuhalten imstande ist, dessen Lohn

werde ein hoher sein. Der Vater wird von den Schergen erschossen, der Sohn überlebt dank des vermeintlichen Spiels, eben dank jener Lebensperspektive, die der Vater dem Sohn bieten konnte.<sup>87</sup>

Lebenskunst ist, das Leben mit all seinen Beschädigungen anzunehmen, sie ist die Kunst der Affirmation, des Ja-Sagens zum Leben im Hier und Jetzt.<sup>88</sup> Lebenskunst negiert nicht die Abgründe des Lebens, sie integriert sie vielmehr, sie nimmt das Wissen um das mögliche Grauen bewusst auf. Gerade vor dem Hintergrund großer Verwerfungen in Vergangenheit und Gegenwart wird sie zur hohen *Kunst der Affirmation des Lebens*.

Ein *Ja zum Leben*, *Lebenskunst* gründet mithin auf folgenden Einsichten:<sup>89</sup>

*Erstens*: Die reale Welt, die sich dem einzelnen Menschen bietet, ist für ihn ohne Alternative. Er hat keine andere Welt als diese eine, sie ist für ihn einzigartig und daher sollte er diese Welt als die für ihn beste erachten und in ihr bewusst leben wollen.

*Zweitens*: Die Zeit, in der der einzelne Mensch lebt, ist für ihn ohne Alternative. Er hat keine andere Zeit als diese eine, sie ist für ihn einzigartig und daher sollte er diese Zeit als die für ihn beste erachten und in ihr bewusst leben wollen.

*Drittens*: Die Zeit des einzelnen Menschen ist eine differenzierte, er nimmt sie als Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft wahr, er findet sich in Lebenssituation um Lebenssituation wieder und er erkennt jede von ihnen als unwiederbringlich. Der Mensch weiß um seine und um die Vergangenheit der Welt, in die seine eigene eingebettet ist, er lebt in seiner und in der Gegenwart der Welt und er blickt auf seine und auf die Zukunft der Welt. Jede Lebenssituation ist einmalig, ohne die Möglichkeit der Wiederholung. „Einmaliges“ – es kommt nur einmal vor und es ist etwas Außergewöhnliches, etwas Besonderes und deshalb ist das Leben wertzuschätzen.

Obendrein sind die Zeiten des Menschen solche der Arbeit und der Ruhe, des Schaffens und des Feierns, des Gesund- und des Krank-Seins, der Freude und der Trauer usw. Das Wissen um die Differenziertheit und um die Vergänglichkeit aller Zeitphasen hilft, ja ist Voraussetzung für die hohe Kunst des Lebens.

*Viertens*: Das Falsche annehmen, um das Richtige zu finden:

Von Fällen schwerer Beschädigungen des Lebens abgesehen kann Lebenskunst die Wertschätzung, die Dankbarkeit, die Achtsamkeit und die Sorge für das eine, für dieses einzige diesseitige Leben integrieren, sie kann zu einer neuen Leichtigkeit des Lebens führen, Glück und Sinn in vielen Lebenssituationen bieten und letztlich auch das unbeschwerte Lachen der Kindheit in das Erwachsenenleben hereinholen. Dieses Lachen wird kein lautes und penetrantes, vielmehr eine dezente fröhliche Gestimmtheit ob dieses einen diesseitigen Lebens sein.

„*Daseinsverächter*“<sup>90</sup> sind Menschen, die das diesseitige Leben nicht als grundsätzlich kostbar und reizvoll erachten und die ggf. mit dem Blick auf ein im Jenseits erwartetes wahres Leben das Heute und Jetzt schlecht reden, geringschätzen, eben „verachten“. Sie stehen auch im Verdacht, das irdische Leben deshalb zusätzlich zu beschädigen, um ihre Beschrei-

bungen und Visionen erfüllt zu sehen, um so beweisen zu können, dass es im Leben nichts zu feiern, nichts zu lachen gäbe, dass das Leben eben eine tod-ernste Angelegenheit sei. Ihre Sicht auf das Leben kann dann zu einer sich selbst erfüllenden Prophezeiung werden: Man erwartet und redet die Beschädigung herbei – und schließlich: man nimmt sie wahr.<sup>91</sup>

Einseitig Beschädigungen des Lebens zu sehen, sich darauf zu konzentrieren und es bloß als eine möglichst schnell hinter sich zu bringende Belastung zu empfinden, das bedeutet, es durch negative Filter wahrzunehmen. Während *positive Filter* die Welt öffnen, den Horizont der Wahrnehmung und des Empfindens erweitern, verengen *negative Filter* den Blick, sie schränken den Menschen ein, lassen seine Potenziale größtenteils brach liegen, lassen ihn in depressive Verstimmungen schlittern, das Leben verachten und ggf. nach einem schnellen Ausweg daraus suchen. Erst positive Filter, zu denen die grundsätzliche Lebensbejahung, die Annahme des falschen, also beschädigten Lebens und auch die Grundstimmung der Fröhlichkeit gehören, führen zum Wert, zum Reiz und Zauber von Lebensstufen und des Lebens.

## Das Böse wollen, um das Gute zu schaffen?

**K**ann aus dem Schlechten eines einzelnen Menschen etwas Gutes für die oder eine Gemeinschaft von Menschen werden? Wenn es eine „unsichtbare Hand“, eine „*invisible hand*“ gibt, die aus Bösem Gutes zu schaffen vermag, dann müsste man das Böse nicht nur zulassen, sondern geradezu suchen und annehmen, dann müsste man das Schlechte als jene Kraft affirmieren, die – ohne das direkt anzustreben – letztlich Gutes erzeugt. Führt demnach Sympathie mit dem Übel zum Guten?

Der Gedanke, der Wille zum Bösen könne letztlich Gutes schaffen, taucht in der Geschichte des Öfteren auf. Berühmt sind etwa *Bernard Mandeville* mit seiner „Bienenfabel“, *Johann Wolfgang von Goethe* mit seinem Mephisto aus dem „Faust“, *Novalis* mit seiner „Poetik des Übels“ und besonders *Adam Smith*, der Begründer der modernen Wirtschaftswissenschaften, mit seiner „unsichtbaren Hand“, die das „böse Eigeninteresse“ des Einzelnen zum allgemeinen Wohl transformiert.

*Bernard Mandeville* (1670 bis 1733) untertitelt seine berühmte „Bienenfabel“ mit „*Private Laster, öffentliche Vorteile*“. *Mandeville* erzählt das Leben der Bienen in einem „Bienenstock“, der eine Metapher für England darstellt. Seine in Gedichtform erschienene Fabel gliedert er in vier Teile:<sup>92</sup>

Im ersten Teil beschreibt *Mandeville*, dass der Bienenstock dank Kunst und Wissenschaft zu Macht und Reichtum gelangt sei, dass der Bienenstock ganz gut regiert werde und dass die arbeitenden Armen die Grundlage dieses Reichtums bildeten: „Manch Reicher, der sich wenig mühte / bracht' sein Geschäft zu hoher Blüte / indes mit Sense und mit Schaufel / gar mancher fleißige arme Teufel / bei seiner Arbeit schwitzend stand, / damit er was zu knabbern fand.“

Bei den Reichen hätte ein durch und durch untugendhaftes Verhalten Einzug gehalten: Die Advokaten würden das Recht verdrehen, den Ärzten würde es nicht wirklich um Heilung gehen, die Priester wären von Hochmut und Habgier geprägt, die Minister von Egoismus und Korruption erfüllt und *Justitia* würde mit ihrer Hand die Waage zum Geldempfang reichen. Das *Laster* des Mehr-haben-Wollens sei allgegenwärtig, d. h. die *Gier* nach Geld, nach Reich-

tum, nach Luxus, nach Verschwendung, nach Ansehen usw., sie führe erstens zu einer reinen Tausch-Wertorientierung und zweitens zu unbegrenzten Bedürfnissen in der Gesellschaft. Und gerade diese allgemeine Lasterhaftigkeit lasse den Bienenstaat so hervorragend gedeihen. So heißt es in der Fabel z. B.: „Trotz all dem sündlichen Gewimmel / war's doch im Ganzen wie im Himmel“, „... fortan / der Allerschlechtesten sogar / fürs Allgemeinwohl tätig war“, „... durch den Luxus finden / Millionen Armer sich erhalten, / auch durch den Stolz, den alle schalten / nicht minder dient der Neid sowie / die Eitelkeit der Industrie“, „die Sucht ... / des Handels wahre Triebkraft war“.

*Mandevilles* Gesellschaft besteht aus den bedürfnissüchtigen Reichen und den entbehrensreichen und fleißig arbeitenden Armen. Indem „die Reichen“ ihrem Egoismus, ihrem Luxus, ihrer Gier usw. frönen, sich also weiter bereichern wollen, ungehemmt nach Besitz und Ansehen streben, schaffen sie die Grundlage für das Wachstum von Industrie und Handel. Mit ihrem Streben treiben sie nicht nur die wirtschaftliche Entwicklung an, dank der Arbeitsmöglichkeiten für die Armen kommen auch diese zu einem Mehr an Wohlstand und Wohlbefinden. So werden private Laster zu öffentlichen Vorteilen.

Der zweite Teil der Bienenfabel beschreibt das Ende des lasterhaften, von der Gier nach Reichtum, Macht und Ansehen getriebenen Staates: Im Kampf aller gegen alle unterstellte man einander – zu Recht – das Motiv, sich auf Kosten anderer bereichern und die anderen stets betrügen zu wollen; gegenseitigem Vertrauen ist allgemeines Misstrauen und Wehwohlen gewichen. Die Bienen allerdings bewahren sich einen Rest an Tugend, ihr Ruf nach Tugendhaftigkeit untergräbt den Staat des Lasters.

Der dritte Teil beschreibt die Folgen der Rückkehr zur Tugendhaftigkeit: Aus Betrug und Ausbeutung werden Vertrauen und Redlichkeit, die Advokaten würden das wahre Ziel der Rechtsnormen verfolgen, Ärzte Kranke heilen, Priester das Seelenheil, Minister seien „genügsam vom Gehalt“. Die Bedürfnisse reduzieren sich, der Egoismus wird von Altruismus abgelöst, die Geldwertorientierung von der Gebrauchswertorientierung. Der Übergang von den unbegrenzten Bedürfnissen zur Tugend der Anspruchslosigkeit zeitigt dramatische Auswirkungen. Die Wirtschaftsleistung sinkt deutlich, schließlich brechen Produktion und Handel gar zusammen: „Da man auf Luxus jetzt verzichtet / so ist der Handel bald vernichtet / manch Handwerk mehr und mehr verfällt / Betriebe werden eingestellt / darnieder liegt Kunst und Gewerbe“.

Der vierte Teil der Bienenfabel bietet „die Moral“, also die Lehre aus der Geschichte: „So klagt denn nicht: für Tugend hat's / in großen Staaten nicht viel Platz“, „von Lastern frei zu sein, wird nie / was anders sein als Utopie / Stolz, Luxus und Betrügerei / muss sein, damit ein Volk gedeih“, „mit Tugend bloß kommt man nicht weit / wer wünscht, dass eine goldene Zeit / zurückkehrt, sollte nicht vergessen / man musste damals Eichel essen“.

Das Gedeihen eines Volkes macht *Mandeville* an der Befriedigung von Bedürfnissen fest. Der Verlust an Tugend treibe den wirtschaftlichen (und wissenschaftlichen) Fortschritt an, er führe zwar zu einer Entzweiung der Gesellschaft in Reiche und Arme, doch die arbeitenden Armen hätten es ohne den Luxus der Reichen eben „nicht so gut“. Es gäbe keine Alternative: Private Laster sind die unverzichtbare Bedingung für die Entwicklung öffentlicher Vorteile. Ob der Mensch an sich lasterhaft oder tugendhaft sei, beantwortet *Mandeville* nicht, er führt

lediglich die Notwendigkeit des Lasters, also des Strebens nach der Befriedigung – grundsätzlich unbegrenzter – menschlicher Bedürfnisse vor Augen.

Im „*Faust – der Tragödie erster Teil*“ von Johann Wolfgang von Goethe (1749 bis 1832) gesteht *Mephisto* ein, stets das Böse zu wollen, damit aber stets das Gute zu schaffen. Im Originaltext heißt es: „*Faust*: ‚Nun gut, wer bist du denn?‘, *Mephistopheles*: ‚Ein Teil von jener Kraft / die stets das Böse will und stets das Gute schafft.‘“ *Mephisto* als Verkörperung des Teufels will naturgemäß stets das Böse, doch wie kann es passieren, dass er damit – gegen seine Intention – das Gute schafft?<sup>93</sup>

Das berühmte Zitat ist vor dem Hintergrund von *Goethes* dialektischem Denken zu sehen:<sup>94</sup> Die Weltgeschichte folge dem universalen Prinzip des dialektischen Dreischritts. Eine These, also eine neue Idee oder neue Lebensform tritt in die aktuelle Wirklichkeit ein, die eine andere ist und mithin die Antithese zur These bildet. Die neue Idee ringt mit dieser Wirklichkeit, ein Teil der neuen Idee und ebenso ein Teil der bestehenden Wirklichkeit gehen verloren, These und Antithese werden auf eine höhere Ebene gehoben (Synthese). Dies sei das universale Prinzip des Fortschritts; einem aktuellen Fortschritt ist der nächste Schritt stets schon auf den Fersen.

*Mephisto* steht im Dienst der Idee des Bösen; damit sie Wirklichkeit werden kann, muss sie sich der Welt stellen. Mithin kommt es zu einem Kampf zwischen dem Bösen und dem Guten; das Böse verhindert die Existenz des Guten in Reinform. Sowohl das reine Gute als auch das reine Böse blieben bloß Ideen ohne Wirklichkeit, würde der Gegenpart nicht bestehen. Erst das Böse ermöglicht das Gute, Gutes könnte nicht existieren und wachsen, gäbe es die Kraft des Bösen nicht. Das Böse tritt in der Welt dem Guten entgegen, dadurch ermöglicht es dem Guten überhaupt erst, in der Welt Wirklichkeit zu werden, und damit erreicht das Böse das Gegenteil seiner Intention, seines ursprünglichen Willens. Erst der Eingriff des Bösen ermöglicht das wirkliche Gute – das Böse wird zum fruchtbaren Boden des Guten.

Interessant erscheint die Frage, ob auch der Umkehrschluss zu dieser Einsicht gilt: „Ich bin ein Teil von jener Kraft / die stets das Gute will und stets das Böse schafft.“ Selbstverständlich kann man auch hier dialektisch argumentieren und demnach formulieren: Das Gute wird zum Nährboden des Bösen. Die Geschichte der Menschheit bietet in der Tat zahlreiche Beispiele für Kräfte des Guten, die letztlich im Bösen, also in Kriegen, in der Unterdrückung, in Tod und Elend etc. endeten. Vielleicht wurden sogar die größten Verbrechen der Geschichte von Kräften ausgelöst, die das Gute im Schilde führten, die zu einer neuen Gesellschaft mit neuen Menschen, die zu einem Zustand des Heils führen wollten.

Die Conclusio aus der Dialektik in *Goethes* *Faust* würde lauten: Das Böse, also böse Absichten, schafften das Gute, und das Gute, also gute Absichten führten zum Bösen. Sind demnach böse Absichten des Menschen besser und zu fördern, um letztlich dem Guten zum Durchbruch zu verhelfen?

*Novalis*, eigentlich (*Georg Philipp*) *Friedrich von Hardenberg* (1772 bis 1801), schlägt mit seiner „*Poetik des Übels*“ in dieselbe Kerbe. Durch die Annahme des Unangenehmen kann der Mensch das Angenehme erreichen.<sup>95</sup> Diese Botschaft würden auch schon zahlreiche Märchen enthalten: In dem Augenblick, in dem der Frosch oder der Bär geliebt oder gar geküsst wird, was für sich betrachtet etwas Unangenehmes darstellt, tritt das Entgegengesetzte, das

Angenehme ein, denn der Frosch oder der Bär würde sich in einen Prinzen verwandeln. Wenn der Mensch das Übel der Welt lieb gewinnen könnte, wenn er also Schmerz, Leid, Sterben und Tod zu lieben imstande wäre, dann könnte er das Angenehmste in seinen Armen halten, vom Reizenden, Schönen, Guten durchdrungen werden. Nach *Novalis* gilt: Wer das Unangenehme (Übel, Böse) annehmen kann, dem wird das Angenehme gewährt; das Gute fängt mit dem Bösen an.<sup>96</sup>

*Adam Smith* (1723 bis 1790), Professor zunächst für Logik und dann für Moralphilosophie, die einen Bereich von der Theologie über die politische Ökonomie bis zur Ethik abdeckte, führte die Metapher der „unsichtbaren Hand“, der „*invisible hand*“ in die Wirtschaftswissenschaften ein, sie wird stets mit ihm in Verbindung gebracht, wenngleich er sie in seinen umfangreichen Lebenswerk nur drei Mal verwendet:<sup>97</sup>

In seinem Aufsatz zur Geschichte der Astronomie „*The History of Astronomy*“<sup>98</sup> findet sich „die unsichtbare Hand des Jupiters“, ferner in Kapitel vier seiner „*Theory of Moral Sentiments*“ (1759, „*Theorie der ethischen Gefühle*“<sup>99</sup>), wo *Smith* beschreibt, wie die Wohlhabenden durch ihr Streben, ohne dies explizit zu beabsichtigen, ihren Reichtum letztlich mit den Armen „teilen“, also auch den Wohlstand der Armen steigern, und ein drittes Mal in seinem (Haupt-)Werk „*An Inquiry into the Nature and Causes of the Wealth of Nations*“ (1776, „*Der Wohlstand der Nationen*“<sup>100</sup>). In Kapitel zwei des vierten Buches beschäftigt er sich kritisch mit Einfuhrbeschränkungen; jeder Kaufmann würde im eigenen Interesse eher im eigenen Land als in der Ferne investieren, damit würde er letztlich das Einkommen „seines Volkes“, das Gemeinwohl in „seinem Land“ steigern.

Die Metapher der „unsichtbaren Hand“ ist keine Erfindung von *Adam Smith*, vielmehr ist sie eine in dieser Zeit weit verbreitete Redensart. Sie wird auch in einem transzendenten Sinn, und zwar entweder als Vorsehung und Wirken Gottes in der Welt oder ironisch, interpretiert.<sup>101</sup>

In der heutigen Ökonomie wird die unsichtbare Hand von *Adam Smith*<sup>102</sup> als marktwirtschaftlicher Mechanismus verstanden: In einer freiheitlichen Wirtschaft, in der jedes Wirtschaftssubjekt seine Entscheidungen gemäß seiner Nutzenkalküle frei treffen kann, in der jedes Wirtschaftssubjekt seinen eigenen (Geld-)Nutzen maximiert und in der es keine Monopole, also keine markanten Macht- und auch Informationsasymmetrien gibt, dort stellt die *invisible hand* ein Marktgleichgewicht zwischen Angebot und Nachfrage her, das nicht nur den Nutzen der einzelnen Wirtschaftssubjekte, sondern gleichzeitig auch das Gemeinwohl steigert. Indem jeder Akteur im Eigeninteresse handelt, trägt er, ohne dies explizit zu beabsichtigen, zum Gemeinwohl positiv bei. Dieses Zusammenspiel der Einzelnen führt die unsichtbare Hand.

Anzumerken ist freilich: Das Eigeninteresse bei *Adam Smith* ist kein Egoismus im Sinne eines *kurzfristigen* Strebens nach größtem Gewinn, sondern ein „*langfristig* eigennütziges Verhalten“. Nur der weite Horizont der Optimierung verhindere dem Gemeinwohl abträgliche Handlungen! Die Finanz- und Wirtschaftskrise seit dem Jahr 2007 dürfte wesentlich (auch) auf eine sehr kurzfristige Strategie der Gewinnmaximierung zurückgehen.

Die unsichtbare Hand des *Adam Smith* wird unterschiedlich interpretiert: Als Metapher für die effiziente Allokation von knappen Ressourcen in einer möglichst freien Marktwirtschaft,

als höheres, durchaus auch als göttlich zu bezeichnendes Ordnungsprinzip oder als ironischer Scherz, der nicht als wissenschaftliches Theorem zu verstehen wäre.

Im „Wohlstand der Nationen“ schreibt *Smith*: „Wenn er die heimische Erwerbstätigkeit so ausrichtet, dass die größte Wertschöpfung erfolgt, denkt er nur an seinen eigenen Vorteil, und dabei wird er, wie in vielen anderen Fällen auch, von einer unsichtbaren Hand geleitet, einem Zweck zu dienen, der nicht in seiner Absicht lag“. Um das dahinter stehende Welt- und Menschenbild von *Smith* zu verstehen, lohnt ein Blick in seine „Theorie der ethischen Gefühle“. Als zentrale Tugend sieht *Smith* die Sympathie, das Mitgefühl, das Mitfreude und Mitleid umfasst. Die natürliche Veranlagung des Menschen und damit das Kriterium der Sittlichkeit bestünden darin, den anderen Menschen Achtung entgegenzubringen und sich der eigenen Achtung durch andere Menschen würdig zu erweisen.

Nach *Adam Smith* strebe der Mensch grundsätzlich nach Reichtum und Ansehen, um so letztlich persönliches Glück zu finden. Dieses Streben nach Mehr treibe die Menschen dazu, „den Boden zu bearbeiten, Häuser zu bauen, Städte und staatliche Gemeinwesen zu gründen, alle die Wissenschaften und Künste zu erfinden und auszubilden ...“. Eine unsichtbare Hand führe die Menschen und „so fördern sie, ohne es zu beabsichtigen, ja ohne es zu wissen, das Interesse der Gesellschaft“. Die unsichtbare Hand gewährleiste eine Harmonie zwischen den Interessen des Einzelnen und dem Wohl der Gemeinschaft.

Die Grundlage für das Funktionieren der unsichtbaren Hand ist in beiden Werken die wechselseitige Abhängigkeit der Menschen in einer *arbeitsteiligen* Wirtschaft. Arbeitsteilung schafft Spezialisierungsvorteile, sie setzt aber die Bereitschaft der Gesellschaftsmitglieder zur Kooperation und zum Tausch voraus. Insofern sind die Gesellschaftsmitglieder gemeinschaftlich verbunden. Diese *Gemeinschaft* ist die Bedingung dafür, dass jeder Einzelne seinen eigenen Vorteil finden kann, was letztlich zum gemeinschaftlichen Vorteil gereicht. Das Wissen um die Abhängigkeit vom jeweils Anderen verhindert eine egoistische (kurzfristige) Maximierung des Geldnutzens, sie stellt einen gewissen moralischen Grundwasserspiegel und ein langfristiges Nutzenziel der Akteure sicher.

Im „Wohlstand der Nationen“ findet sich das berühmte *Smith*-Zitat: „Nicht vom Wohlwollen des Metzgers, Brauers oder Bäckers erwarten wir unsere Mahlzeit, sondern von deren Beachtung auf ihr eigenes Interesse. Wir wenden uns nicht an ihre Menschenliebe, sondern an ihre Eigenliebe und sprechen nie von unseren eigenen Bedürfnissen, sondern von ihren Vorteilen.“ Doch dieser Mechanismus, aus wirtschaftlichem Eigennutz wird letztlich Gemeinwohl, funktioniert nur in einer Situation der Arbeitsteilung. Und in diesem Zustand arbeiten die Menschen immer auch füreinander. Damit aus „bösem“ Eigennutzstreben eine allgemeine Wohlfahrtssteigerung resultiert, bedarf es dieses Abhängigkeitsverhältnisses, dieser Gemeinschaft (!) zwischen Menschen.

Ob der Einzelne in dieser Gemeinschaft um diesen Mechanismus weiß, ist für sein Funktionieren irrelevant. Entscheidend ist, dass jeder primär seinen eigenen Nutzen langfristig maximiert, die damit einhergehende Steigerung des Gemeinwohls kann durchaus als sekundäres Ziel mit im Fokus sein. Da beide Ziele einander nicht widersprechen, sondern komplementärer Art sind, d. h. die Erreichung des einen Ziels fördert die Erreichung des anderen, ändert die Fokussierung auf beide Ziele nicht die einzelnen Entscheidungen.



Damit Eigeninteresse Gemeinwohl fördert, sind *staatliche Rahmenbedingungen* zu schaffen! Nach *Smith* habe der Staat erstens die äußere Sicherheit zu gewährleisten, zweitens für ein rechtsstaatliches System und eine wirtschaftliche Rahmenordnung im Inneren zu sorgen und drittens bestimmte öffentliche Einrichtungen und Leistungen bereitzuhalten. Vornehmlich das *Rechtssystem* und die *wirtschaftliche Rahmenordnung* haben Auswüchse des Eigennutzens zu verhindern; institutionalisierte *Regeln* zum Handeln lenken die gesellschaftlichen Interaktionen und damit auch die unsichtbare Hand.

Die Rahmenbedingungen des Staates sollen das Gemeinwohl fördern. Damit ein Staat diese Rahmenbedingungen der äußeren Sicherheit, des Rechts, der Bildung, der Infrastruktur etc. bereitstellen kann, bedarf es Steuern vornehmlich auf den Geldnutzen, also auf das Einkommen oder den Gewinn, sowie auf das Eigentum von Vermögen.

Missverständnisse vermag der „Eigennutz“ oder das „Eigeninteresse“ bei *Adam Smith* auszulösen, das betrifft den *Inhalt*, die Bedeutung von *Anerkennung* nach innen und nach außen und die Einbettung in ein *gesellschaftliches Umfeld*:<sup>103</sup>

Inhalt des „Eigennutzes“ ist zunächst ein monetärer oder zumindest in Geldgrößen ausdrückbarer Nutzen. In seiner Ethik verdeutlicht *Adam Smith*, dass der Mensch zum einen nach Geldnutzen strebe, zum anderen verfolge er aber auch andere Interessen, vornehmlich jenes nach Ansehen. Dieses Streben nach Ansehen stellt einen de facto nicht in Geldgrößen ausdrückbaren Nutzen dar; mithin strebe der Mensch sowohl nach monetärem als auch nach nicht-monetärem Nutzen.

*Smith* beschäftigt sich eingehend mit dem menschlichen Streben nach Ansehen: Er betrachtet zunächst die „*Anerkennung nach außen*“, also jenes Ansehen, das ein Mensch bei anderen Menschen genießt. Darin sieht er ein zentrales Regulativ für das Zusammenleben in einer Gesellschaft im Allgemeinen und für das Wirtschaften im Besonderen; so würden ausbeuterische oder betrügerische Handlungen dem Streben nach Anerkennung entgegenstehen!

Des Weiteren sieht *Smith* eine „*Anerkennung nach innen*“, das ist das Ansehen des Menschen vor dem eigenen Gewissen, vor einem inneren Richter. Sich bei seinen Entscheidungen von einem solchen Gewissen leiten zu lassen, sieht *Smith* als tugendhaftes Verhalten an.

Zum Streben nach Anerkennung kommen bei *Smith* noch „*wohlwollende Gefühle*“ gegenüber einzelnen Menschen hinzu. Das Interesse im Leben gilt nicht nur dem eigenen Wohlergehen, sondern umfasst in der Regel auch Menschen, die „das Ziel unserer zärtlichsten Zuneigung“ sind, also vor allem Kinder, Partner, Eltern, aber auch Verwandte, Freunde oder Wohltäter. Gegenüber diesen Personen entwickle der Mensch „Wohlwollen“, d. h. der Mensch sehe nicht nur sein eigenes Interesse, vielmehr seien ihm auch andere Menschen und deren Wohlergehen sehr wichtig. Handlungen des Menschen seien mithin auch auf die Steigerung des Wohls wichtiger Mitmenschen gerichtet.

Diese Idee des Wohlwollens geht bei *Smith* über den Blick auf das Wohl nahestehender Menschen hinaus: Der Mensch habe einen Sinn nicht nur für seinen privaten, sondern auch für einen „*öffentlichen Nutzen*“. Hierbei geht es um die Interessen des Ganzen, der Gemeinschaft, des Staates. Demnach wäre der Mensch zu fühlen imstande, ob und inwieweit die

Interessen anderer Menschen den eigenen entgegenstehen, und im Interesse des Ganzen könne er im Sinne eines öffentlichen Nutzens „gehorsam sein“, also auf eigenen Nutzen verzichten und sich zum Besten der Gemeinschaft unterwerfen. Die partikulären Interessen von einem selbst und aller anderen Menschen der Gesellschaft sind letztlich dem Wohl des Ganzen, also dem Gemeinwohl untergeordnet!

Demnach würde der Mensch neben seinem Eigeninteresse auch die Eigeninteressen der Mitmenschen und die Interessen des Ganzen sehen und in seine Handlungen integrieren. Mit der Rede vom öffentlichen Nutzen, dem Menschen gehorchen würden, beschreibt er letztlich einen zentralen Aspekt demokratischer Rechtsstaaten, nämlich auf Mehrheitsentscheidungen fußende Rechtsnormen zu akzeptieren und einzuhalten, selbst wenn man anderer Meinung ist.

Die Konzeption des Eigeninteresses bei *Smith* als Freibrief für egoistisches Handeln ohne Blick auf das Wohl anderer Menschen und des Ganzen zu verstehen, bedeutet, ihn falsch zu rezipieren! Seine Überlegungen zur Wirtschaft sind in den historischen Kontext einzuordnen: Er übt massive Kritik am merkantilistischen Wirtschaftssystem und sucht eine Alternative mit einem beträchtlichen Mehr an Selbstbestimmtheit und Freiheit des Einzelnen, mit bedeutend weniger staatlichem Dirigismus und mit Wettbewerb zwischen den wirtschaftlichen Akteuren.

Das „*Eigeninteresse*“ bei Handlungen und Verhaltensweisen im Sinne von *Adam Smith* betrifft mithin

- zunächst den *geldlichen Nutzen*, aber darüber hinaus ebenso
- die *Anerkennung nach außen und nach innen* und
- das *Wohlwollen für einzelne Menschen*.

Schon diese erweiterte Sicht auf das Eigeninteresse bei *Adam Smith* rückt es weit weg von einem Egoismus, von einer Ich-Sucht, von einem Kampf jeder gegen jeden, vielmehr integriert diese Sicht die Bedeutung der Menschen füreinander. Dazu kommt noch das Wissen um die wechselseitige Abhängigkeit der Menschen in einer arbeitsteiligen Wirtschaft, die ein bestimmtes Maß an Rücksichtnahme, an Kooperation, an Aufeinander-Zugehen und an Achtsamkeit und Sorge füreinander unverzichtbar macht.

Im Übrigen scheint *Adam Smiths* Weltbild ein deistisches zu sein. Er spricht häufig von „der Natur“, auch er sieht das Universum als große Maschine und die zugrundeliegende Ordnung als die Weisheit Gottes (*Wisdom of God*). Die unsichtbare Hand kann als Metapher für die Ordnung, für die Gesetzmäßigkeiten und Zusammenhänge in dieser Welt verstanden werden.

In der „*Theorie der ethischen Gefühle*“ und im „*Wohlstand der Nationen*“ verwendet *Smith* die Metapher der unsichtbaren Hand für innerweltliche Gesetzmäßigkeiten, in der Geschichte der Astronomie steht die „*unsichtbare Hand Jupiters*“ für Eingriffe in das Weltgeschehen von außen. Hintergrund sind die damals populäre Natural Theology und der Deismus.<sup>104</sup>

Die „*unsichtbare Hand*“ des *Adam Smith* ist eine Metapher:

- In seinen Überlegungen zur *Ökonomie* steht sie für einen Mechanismus, für das Marktgeschehen in einer freiheitlichen Wirtschaft, das eine Harmonie zwischen den Eigeninteressen des Einzelnen und dem allgemeinen Wohl herstellt.
- In seinen Überlegungen zur *Welt* steht sie für die Ordnung des Universums, für die nicht sichtbaren Verknüpfungen und Beziehungen der Elemente der Welt.
- In seinen Überlegungen zur *Gesellschaft* steht sie für jene Ordnung, die sich die Menschen selbst geben, also für die sichtbaren Zusammenhänge in der Gesellschaft; vornehmlich geht es dabei um das Rechtssystem und bezogen auf die Ökonomie um die wirtschaftliche Rahmenordnung, die die Bedingungen, die Spielregeln für die unsichtbare Hand des Marktgeschehens formuliert und vorgibt. Die Einhaltung dieses rechtlichen Rahmens in Gesellschaft und Ökonomie ist hoheitlich, also durch den Staat notfalls mit Zwangsmaßnahmen durchzusetzen; seine Weiterentwicklung ist Aufgabe des gesellschaftlichen Diskurses.

Das „Eigeninteresse“ und die „unsichtbare Hand“ bei *Adam Smith* sind mithin nicht jenes „Böse“, das man anstrebt, um das „Gute“, also gesellschaftliche Wohlfahrt, zu erreichen. Das „Eigeninteresse“ ist keine egoistische Rücksichtslosigkeit, sondern eine in die menschliche Gemeinschaft und in eine Gewissensinstanz eingebettete Eigenliebe, und die „unsichtbare Hand“ erhält durch das Rechtssystem und die wirtschaftliche Rahmenordnung Normen, also (Spiel-)Regeln oder Bedingungen vorgegeben, die am Ziel der gesellschaftlichen Wohlfahrt zu messen und die diesem Ziel gemäß mittels eines Diskursprozesses weiterzuentwickeln sind.

Eigeninteresse und unsichtbare Hand im oben skizzierten Sinn sind nicht wirklich „Böses“! Damit dieses vermeintlich „Böse“ Gutes, also Gemeinwohl schafft, hat die Gesellschaft eine adäquate Ordnung, also Regeln für die Entfaltung des eingebetteten Eigeninteresses und für das Funktionieren der unsichtbaren Hand aufzustellen und permanent zu verbessern.

Ein Eigeninteresse könnte man dann für „böse“ erachten, wenn es *egoistisches*, ja *narzisstisches Verhalten* zum Inhalt hat, das ausschließlich den eigenen Vorteil sieht, das Andere auszubeuten intendiert, wo immer dies zum eigenen Vorteil gereicht, das Andere ohne Skrupel – solche wären bereits Ausdruck einer inneren Instanz und des Strebens nach Anerkennung nach innen – zu betrügen bereit ist und von dem Menschen auch nicht wegen der durch die Arbeitsteilung bedingten Abhängigkeit voneinander abrücken. Ein derart „böse konzipiertes Eigeninteresse“ wird allerdings nicht mehr zum Guten, zum gesellschaftlichen Wohl führen. Dieses Verhalten anzustreben, das mündet in einen brutalen Kampf jeder gegen jeden, in einen Verfall, in schwere Beschädigungen des Lebens, in die Verwirklichung des Bösen und eines falschen Lebens.

Das „Böse“ anzustreben, um das „Gute“ zu schaffen, ist daher weder in der Ökonomie noch im größeren Kontext der Gesellschaft eine generell gültige Maxime. Vielmehr sind dem „Bösen“ Bahnen, (Spiel-)Regeln, Bedingungen durch den Menschen zu setzen, es bedarf fein justierter gesellschaftlicher Ordnungen, um daraus wirklich Gutes entstehen zu lassen!

## Unsichtbare Hand und Lebenskunst

Die „unsichtbare Hand“ der Welt ist – im Sinne der obigen Ausführungen zu *Adam Smith* – jene Ordnung, die der Welt, die dem Universum zugrunde liegt. Mittels des wissenschaftlichen Erkenntnisprozesses erfährt der Mensch immer mehr von diesen Mechanismen und Prinzipien, dennoch ist diese Ordnung für ihn nach wie vor eine weitgehend unsichtbare. Die Weltordnung als Ausprägung der unsichtbaren Hand kann allerdings weder böse noch gut sein, es sind Gesetzmäßigkeiten, die hier gelten, sie entziehen sich einer ethischen Beurteilung; nur menschliche Handlungen können „böse“ oder „gut“ sein.

Folglich kann die Metapher vom Bösen, das das Gute schafft, lediglich auf Handlungen des Menschen bezogen sein und auf jene unsichtbare Hand fokussieren, die in der – von Menschen geschaffenen – Ordnung für Zusammenhänge in der Gesellschaft insgesamt und in der Wirtschaft im Besonderen wirkt. Diese Ordnung ist eine Summe von Regeln und Bedingungen, sie ist durch den Menschen veränderlich und wird realiter laufend angepasst – im Gegensatz zu den „ewig gültigen“ Mechanismen der Ordnung des Universums. Der Mensch hat die Freiheit zur Ordnung seines Zusammenlebens mit anderen Menschen, mit Tieren und mit der Umwelt und ebenso hat er die Verantwortung, diese Ordnung zu seinem und zum Wohl des Ganzen weiterzuentwickeln.

Erachtet der am gesellschaftlichen Diskurs, in dem diese Ordnung stets erneuert wird, teilnehmende Mensch Verhaltensweisen für grundsätzlich „böse“, dann liegt es an den Regeln der Ordnung, dieses Böse zu kanalisieren, so zu steuern, dass letztlich das Gute entstehen kann. Ohne die eingreifende Hand des Menschen wird das Böse böse bleiben, es ist der Rahmen, wie z. B. die Wirtschaftsordnung, der aus Bösem Gutes zu schaffen vermag.

Jedes menschliche Zusammenleben erfordert explizite, d. h. in gesetzten Regeln ausgedrückte, und/oder implizite Normen. Diese Ordnung der Gemeinschaft wird letztlich von Menschen *hand* gemacht, so dass die in der Gesellschaft und Wirtschaft wirkende unsichtbare Hand eine gar nicht so unsichtbare ist, zumindest in Bezug auf die Bedingungen, mit denen sie Handlungen zum Guten kanalisiert.

Lebenskunst kann – im Interesse des Einzelnen und des Ganzen – daher nicht darin bestehen, das Böse in der Überzeugung anzustreben, eine unsichtbare Hand werde daraus schon das Gute machen. Vielmehr gilt es, die individuelle Freiheit des Handelns mit einer Verantwortung für sich selbst, für die Gesellschaft und für die Umwelt zu verbinden. (Vordergründig) Böses zu intendieren führt nur dann zum Guten, wenn die vom Menschen festgelegten Bedingungen es zu kanalisieren vermögen. Diese Mechanismen sind keine Unbekannten, sondern von der menschlichen Gesellschaft zu setzen.

Sobald der Mensch weiß, dass er mit „bösen“ Handlungen Gutes schafft, sind das ursprüngliche Motiv und die daraus resultierenden Handlungen allerdings nicht mehr böse. Das Böse wird bewusst in den Dienst des Guten gestellt, dank der gesetzten Ordnung ist das Böse funktional mit dem Guten verknüpft. Das Wissen um diese Zusammenhänge und um die Verantwortung für die Ordnung von Gesellschaft (und Wirtschaft) ist in die Lebenskunst einzubauen.

Nimmt der einzelne Mensch am gesellschaftlichen Diskursprozess zur Ordnung nicht teil, dann wird er die Spielregeln des Zusammenlebens als oktroyiert empfinden, er wird sich fremdbestimmt im Sinne eines „external locus of control“ sehen, wie es in der Psychologie heißt. Lebenskunst bedeutet auch die *aktive Teilnahme* am gesellschaftlichen Diskurs: Sie fördert das Wissen zu den Mechanismen, zu den Bedingungen und Regeln in den einzelnen Bereichen des Sozialwesens, die Ordnung erscheint zumindest als teilweise mitbestimmt, was ihrer Akzeptanz zuträglich ist, und er kann an der Weiterentwicklung der Ordnung, an der Kanalisierung des Bösen und damit auch an der unsichtbaren Hand teilhaben.

Gewalt, Willkür und Intoleranz wird man nur mit der von *Jürgen Habermas* angesprochenen „kommunikativen Vernunft“ bändigen können. Sie setzt auf eine Verständigung zwischen den Menschen in einer „idealen Sprechsituation“, in der nicht die Interessen und die Argumente einer Nomenklatura, einer Macht- oder Geldelite u. ä. gelten, sondern eine Kultur des besseren Arguments gepflegt wird. Die kommunikative Vernunft ist der Schlüssel zur Weiterentwicklung der gesellschaftlichen Ordnungen und damit zur Domestizierung des Bösen.<sup>105</sup> Lasst Argumente, Hypothesen und Normen, aber nicht Menschen sterben, so könnte man in Anlehnung an *Sir Karl Raimund Popper* (1902 bis 1994) sagen.

## „Erde aus Granit“ und *Adornos* (Selbst-)Beschädigung

In seiner Philosophie fokussiert *Adorno* auf das Leiden in und an der Gesellschaft. Auch hier wollen wir die Betrachtung ausweiten und nach der (Mit-)Verantwortung des Einzelnen für sein persönliches Leid, für sein Falsches im Leben fragen. Das persönliche Leben des Philosophen, sein Privates mag hierzu Beispiele der Selbstbeschädigung zu bieten und die Brücke zur Authentizität des Einzelnen zu bauen.

Der promovierte und (im zweiten Anlauf mit einer Arbeit über den dänischen Philosophen *Sören Kierkegaard* erfolgreich) habilitierte Philosoph war Bildungs- und Kulturbürger aus begüterten Verhältnissen und mit der Berliner Fabrikantentochter *Gretel Karplus*, einer blitzgescheiten, erfolgreichen und im Übrigen sehr hübschen Chemikerin zunächst verlobt und dann verheiratet. Das nationalsozialistische Regime verbot ihm nach drei Semestern das Lehren, er fand mit Glück eine Stelle – offiziell als „advanced student“ – im angesehenen *Oxford Merton College*, um dann 1938 mit Hilfe von *Max Horkheimer* (1895 bis 1973) eine Forschungsstelle in den USA zu erhalten; Anfang 1938 zogen die frisch Verheirateten *Theodor* und *Gretel* nach New York, 1941 übersiedelten sie nach Kalifornien.

*Adorno* beklagt die herrschenden Verhältnisse der Produktion, die Kälte der kapitalistischen Wirtschaftsweise, die Ökonomisierung aller Lebensbereiche usw. Er ist von der Sehnsucht nach dem verlorenen Glück der Kindheit, nach Geborgenheit und Heimat beherrscht und stellt „*Intentionsfreiheit*“ im Handeln der Menschen in den Mittelpunkt: Richten Menschen ihr ökonomisches, aber auch ihr privates Tun isoliert nach ihren persönlichen Vorteilen aus, sind sie also von der Intention des Egoismus und vielleicht sogar von jener der Bosheit durchdrungen, dann entsteht jene gesellschaftliche Kälte, die er als „Grundprinzip der bürgerlichen Subjektivität“<sup>106</sup> sieht.

Das Leben des modernen, „fortschrittlichen“ Menschen ist häufig ein kaltes, distanzierendes und aufreibendes. Man streitet zwar – zumindest im Westen, wiewohl jüngste Entwicklungen im Osten und Südosten Europas die Fragilität des Status quo zeigen – nicht mehr

über nationale Grenzen, aber umso vehementer um Profite und Karrieren. Dennoch ist die moderne Gesellschaft ein Schlachtfeld geworden. Erstens kann es, wie die Empirie zeigt, jederzeit zu Gewaltausbrüchen kommen: in Bürotürmen, bei einem Marathon, in einem Konzertsaal oder Café, in einer Schule, bei einer Hochzeit oder Silvesterfeiern usw. Zweitens treibt die Gier nach Besitz, Macht und Ansehen Menschen auseinander und in eine zum Teil ruinöse Konkurrenz; der Nachbar ist der Rivale und wer es im Sinne des gesellschaftlichen Mainstreams nicht schafft, der ist „draußen“. Nur eine „dünne Schicht von Cocktailmanieren“ überdeckt den gierigen Wettkampf „konsumgeiler Gladiatoren“.<sup>107</sup>

So werden die *Distanz* zwischen den Menschen und ebenso die *Kluft* zwischen den Staaten immer größer. Am Abgrund hat sich der Mensch häuslich niedergelassen, der Rand der Klippe ist zur Wohnstätte des Menschen geworden.<sup>108</sup>

Erst die Überwindung egoistischer Intentionen, erst das Aufeinander-Zugehen von Menschen ohne (direktes) Interesse – man könnte sagen: in *Achtsamkeit und Sorge* – lässt Rivalität zu Vertrauen und Kooperation werden, lässt Zusammenhalt und Wärme in der Gesellschaft entstehen, lässt die gesellschaftliche Temperatur auf angenehmere Höhen ansteigen. *Adorno* hat den Traum von „Intentionsfreiheit“, den Traum von der *Reinheit* des Herzens, des Denkens und des Seins; in seiner „emanzipierten Gesellschaft“ soll jeder von Vorteilsintentionen losgelöst sein, es soll keiner nach Glück hungern, und es soll – in Erweiterung der Perspektive *Adornos* – auch keiner materiell hungern.

Auch der Kleine Prinz von *Antoine de Saint-Exupéry* besucht die Erde und erlebt eine „*Erde aus Granit*“<sup>109</sup>, d. h. auf ihr geht es hart und erbarmungslos zu, den Menschen fehlen die Wurzeln und sie sind einsam. Eine sonderbare *Einsamkeit* überdeckt die Erde: Menschen fühlen sich unverstanden, sie öffnen ihre Herzen nicht für andere Menschen, sie haben niemanden, mit dem sie sich wirklich austauschen können. Bei den großen Leuten auf der Erde scheint es etwa auf die Zahl der Untertanen, Bewunderer usw. sowie auf die Zahl der Besitztümer anzukommen, aber:<sup>110</sup>

(1) Bei *Begegnungen* zwischen Menschen kommt es vielmehr auf die Art und Weise, also auf die Tiefe der Begegnung an, und die beginnt damit, dass man sich füreinander wirklich Zeit nimmt; aus Bekanntschaft kann Freundschaft und aus dieser kann Liebe werden. Und die Liebe zu einem Menschen – und ebenso zu einer Sache wie einer Blume – macht ihn/sie/es schön und auf diese *Schönheit* kommt es an, wenn der Mensch nach Glück strebt. Gesellschaftliche Kälte weicht *dann* einer Wärme, *wenn* Menschen

- einander mit dem *Herzen* sehen,
- einander *Zeit* schenken und
- *Verantwortung* füreinander aufbringen, also mit anderen Worten: einander in *Achtsamkeit und Sorge* zuwenden

(so das Geheimnis, das der Fuchs den Kleinen Prinzen lehrt<sup>111</sup>).

(2) Auch bei Besitztümern kommt es nicht auf ihre Zahl an, denn Reichtum ist immer relativ: „*There is always a bigger fish!*“ heißt es im Englischen. Der Kleine Prinz sieht Tausende Abbilder seiner Rose auf der Erde, aber die vielen Rosen vermögen seine Einzigartige nicht zu ersetzen. Auch bei einem Besitzgut entstehen Glücksmomente erst aus der Beziehung zu ihm; das kalte und blinde Anhäufen von Besitz geht insofern am Leben vorbei.

*Adorno* hält ein hartes Gericht über die Gegenwart einer ökonomisierten Gesellschaft und über den in ihr agierenden Menschen. Das ist die theoretische Seite seiner Philosophie. Vermochte der Philosoph diese Einheit des Denkens und des Seins auch in seinem persönlichen Leben umzusetzen?

Biographen beschreiben *Adorno* als Menschen, der den Luxus liebt, der gar als Snob gilt, als einen „Papier-Marxisten“, der unentwegt über gesellschaftliche Verwerfungen nachdenkt und geistreiche druckreife Sätze von sich gibt, aber nur ungern die allgemeine Touristenklasse bei Fahrten über den Atlantik nutzt. Ferner gilt er als „verwöhnter Eierkopf“, der die Gestaltung und Führung des Haushalts seiner Frau überlässt, eine Beteiligung daran lehnt er gar zynisch ab, der seine Frau als Schreibhilfe sieht und obendrein Schlafzimmertrennung lebt. In Briefen an seine – ebenfalls ausgewanderten – Eltern nennt er sich „Nilpferdkönig Archibald“, seine Frau muss bei seiner Mutter, die er „Wundernilstute Marinumba von Bauchschleifer“ nennt, das Rezept seiner geliebten Buttersuppe erfragen.<sup>112</sup>

*Adorno* gilt ferner als „Erotiker“: Er ist mit einer intelligenten, gebildeten und sehr hübschen Frau verheiratet, dennoch stürzt er sich laufend in Affären mit Schauspielerinnen, mit der Frau seines Arztes, mit Starlets usw. Obendrein leistet er sich Eskapaden mit – durch Tagebuchnotizen mit delikaten Details belegten – Bordellbesuchen. Auch nach seiner Rückkehr aus dem Exil setzt *Adorno* sein erotisch-exzentrisches Verhalten mit der einen oder andern Affäre fort; belegt ist auch, dass er an einer Fußgängerampel seine Frau mit dem Spazierstock zur Seite schubste, um so freie Sicht auf den Körper einer jungen hübschen Frau zu erhalten.<sup>113</sup>

Über die sexuellen Eskapaden *Theodor Adornos* wusste seine Frau *Gretel* im Großen und Ganzen Bescheid. Dennoch hielt sie still, war ihrem Mann gegenüber loyal, wechselte mit ihm Wohnorte, stand ihm stets zur Seite und unterstützte ihn in seinen beruflichen Ambitionen.<sup>114</sup>

In der Philosophie *Adornos* leidet der Mensch an und in der modernen Gesellschaft, er ist zu einem beschädigten, also falschen Leben gezwungen. Zu diesem falschen Leben gehört, dass Menschen zu einem völlig intentionsgeleiteten Verhalten sozialisiert werden und einander keine Geborgenheit, Liebe, Achtsamkeit und Sorge etc. schenken. Dass sich Menschen derart verhalten, mag empirisch feststellbar sein, aber selbst in einer sehr stark verwalteten und kapitalistischen Gesellschaft ist der Einzelne seiner individuellen Freiheit nicht völlig beraubt, vor allem im privaten Umgang mit Menschen seiner nächsten Umgebung hat er auch unter extremen gesellschaftlichen Bedingungen die Möglichkeit, sich von „Intentionen“ zu lösen, dem Anderen ein Nächster zu sein und so sich dem Du mit Herz, Zeit und in Achtsamkeit und Sorge zuzuwenden.

Das Privatleben *Adornos* kann als Exempel eines teilweise durch eigenes Verschulden beschädigten Lebens gelten. Menschen mögen an gesellschaftlicher Kälte leiden, viel zusätzliches Leid kann allerdings von Menschen im Umgang miteinander ausgehen. Dass *Adorno* durch seine sexuellen Eskapaden seine Ehefrau *Gretel* zutiefst verletzt, dass er ihr damit Leid zufügt, müsste einem Menschen, der unentwegt über das Richtige im Leben im Sinne von Glück, Geborgenheit, Liebe, Achtsamkeit, Heimat usw. nachdenkt, mit ein bisschen Empathie sehr schnell auffallen. *Adorno* beschädigte sein Leben und jenes seiner Frau *Gretel* auch



durch eigenes Verhalten, das seinem Postulat der Sehnsucht nach dem wahren Glück entgegenstand.

Über Eskapaden im Eheleben hinaus fallen weitere Widersprüchlichkeiten auf: So setzte sich *Adorno* für „die Resistenz gegen das Aufgedrängte“ und gegen „die Macht des Bestehenden“, gegen „ein Funktionieren in der Gesellschaft“, gegen „Charaktermasken der bürgerlichen Gesellschaft“ ein, gleichzeitig schätzte er im Privatleben feine Umgangsformen. Solche bilden gesellschaftliche Traditionen, also in seiner Diktion „Aufgedrängtes“, „Bestehendes“, das zum Funktionieren der – gemäß seinem „Reden“ abgelehnten – bürgerlichen Gesellschaft beiträgt.<sup>115</sup>

Ferner kämpfte *Adorno* gegen „konservative Genießerei“, „Fernsehen als Ideologie“ und eine „einlullende Kulturindustrie“, und gleichzeitig liebte er es großbürgerlich auch beim Essen oder genoss Fernsehserien wie *Daktari* mit ulkigen Tierfiguren. Oder: *Adorno* sah sich als Anwalt der Zivilcourage, gleichzeitig erhob er kaum seine Stimme, als *Max Horkheimer* im Jahr 1959 Nein zum Nachwuchsphilosophen *Jürgen Habermas* sagte und dieser dank eines Habilitationsstipendiums nach Marburg wechselte, und nicht seine Stimme, als der homosexuelle *Golo Mann* im Jahr 1963 als ordentlicher Professor in Frankfurt abgelehnt wurde.<sup>116</sup>

Wie bei jedem Menschen können auch die Widersprüchlichkeiten in *Adornos* Leben Anlass bieten, über den Persönlichkeitskern, über das Reden und über das Tun und vornehmlich über ihre Kollisionen nachzudenken. Die oben aufgeführten Aspekte sollen nicht weiter verfolgt werden, sondern bloß Aufhänger sein, um Spuren aus dem Falschen – in Gestalt einer vermeintlich fehlenden Authentizität und Integrität – zu finden.

## Zur Frage der Authentizität im Leben

**M**enschliches Handeln ist „Reden“ und „Tun“. Woraus entspringt dieses „Reden“, was macht die Persönlichkeit, das Ich eines Menschen aus, aus dem seine Gedanken und Worte stammen?

- Stimmen das „wahre Ich“ und das „Reden/Tun“ eines Menschen überein, ist er also „authentisch“? Auf der folgenden Stufe liegt der Fokus auf seinem „Reden“ und auf seinem „Tun“:
- Stimmen das „Reden“ und das „Tun“ eines Menschen überein, ist er also „integer“?

Die Frage der Authentizität zielt auf das wahre Gesicht, auf das wahre Ich, auf den Kern der Persönlichkeit eines Menschen. Doch wie kann dieses wahre Gesicht aussehen, gefunden und ggf. auch verändert werden, passt der Mensch sein Ich – so wie ein Chamäleon seine Hautfarbe – gar an die Umgebung an? Dazu gibt es eine ein Rätsel bergende Erzählung über ein Experiment mit einem Chamäleon, das sich in einem Spiegelkabinett befindet: Behält das Tier seine Farbe, woran kann es sich anpassen, wenn es ausschließlich sein Spiegelbild sehen kann, ist es zwischen verschiedenen Farben hin- und hergerissen oder wird es gar in den (Farben-)Wahnsinn getrieben?<sup>117</sup>

Endgültig ist die Frage zu diesem Experiment noch immer nicht gelöst, die Farbergebnisse geben viel Interpretationsspielraum, aber eine Schlussfolgerung scheint heute sehr naheliegend: Das Tier gerät in einen Zustand großer Furcht vor seiner eigenen Fremdartigkeit, es

baut großen Stress vor sich selbst auf. Ist der heutige Mensch der Moderne in einem Spiegelkabinett gefangen? Vornehmlich mittels der modernen Medienwelt – mit Facebook, Twitter, YouTube usw. – wird oft jeder Lebensschritt festgehalten, und dabei gilt es, das eigene Abbild im Spiegelblick der Adressaten pausenlos zu verbessern. Die Optimierung des Selbstbildes lässt Rollen und Schablonen entstehen.<sup>118</sup> Wie beim Chamäleon wirken die vielen Selbst-Bilder auf den Menschen zurück. Letztlich entsteht die Frage: *Wer oder was bist du, Mensch?*<sup>119</sup>

Den „wahren“, den „authentischen“ Kern jenseits von Rollen und Schablonen, gibt es einen solchen? In westlichen Gesellschaften spricht man von einer „massiven Sehnsucht nach Echtheit“, von einer „Kultur des Authentischen“ ist die Rede,<sup>120</sup> nicht Verfälschtes und Gespieltes, sondern Echtes wird gesucht. Doch was ist „echt“ oder „authentisch“ an einem Menschen? Wird da und dort gar eine „selektive Authentizität“ gelebt, bei der man nur die positiv besetzten Seiten nach außen zur Schau stellt und für die heute Manager, Politiker, TV-Stars usw. durch Berater und Coaches trainiert werden? Gezeigte Freude, empfundenes Mitleid, ausgedrückte Anteilnahme und Trauer etc., sind sie authentisch oder bloß gespielt? Gibt es einen unverwechselbaren Persönlichkeitskern oder muss der Mensch sich immer wieder selbst erfinden?<sup>121</sup>

In der heutigen Psychologie, Soziologie und Neurobiologie ist die Einschätzung populär, dass eine Person einen „echten“ – gemeint ist: unwandelbaren – Kern gar nicht habe. Das „wahre Ich“ sei im Zeitablauf nicht stabil und obendrein vor allem vom sozialen Kontext nicht unabhängig. So könne das Echte einer Persönlichkeit als Konstrukt interpretiert werden, das aus Kontakten mit anderen Menschen und mit der Welt entsteht. Der Kern des Mensch-Seins bestünde letztlich im sozialen Austausch mit der Umwelt: Ohne Interaktionen gäbe es keine wirkliche Entwicklung des menschlichen Geistes, der Mensch sei ein „ultrasoziales Wesen“ mit der großen Fähigkeit, die Geisteszustände anderer Menschen wahrzunehmen, zu interpretieren und sich darauf einzustellen.<sup>122</sup>

Eigenschaften von Menschen, die sich – nach heutigem Stand der Wissenschaften – im Laufe des Lebens kaum verändern und die daher als eine Art Kern der Persönlichkeit angesehen werden können, sind die sog. „Big Five“:<sup>123</sup>

- Extro-/Introvertiertheit,
- Verträglichkeit,
- Gewissenhaftigkeit,
- Offenheit und
- Neurotizismus (seelische Instabilität).

Die Persönlichkeit eines Menschen machen *erstens* die konkreten Ausprägungen dieser *stabilen Charaktereigenschaften* aus; Interaktionspartner nehmen sie in der Regel viel bewusster wahr als der Träger bzw. die Trägerin. *Zweitens* gehört zur Persönlichkeit das Bild, das sich ein Mensch von sich selbst schafft, also das *Selbstbild*; es stellt das stabile Ich, die Identität eines Menschen dar. Das Selbstbild ist dem Menschen nicht mitgegeben, es ist zu entwickeln und laufend zu formen, ja es bedarf „geduldiger innerer Arbeit“, in der Jugend und in jeder folgenden Lebensphase.<sup>124</sup>

Die Persönlichkeit, d. h. die Summe aus *stabilen Charaktereigenschaften* und *Selbstbild*, fußt

- *erstens* auf genetischen Dispositionen,
- *zweitens* auf epigenetischen Schaltern, die genetische Grundlagen aktivieren und ebenso deaktivieren können, die vor allem durch Einwirkungen von außen – vornehmlich in der Schwangerschaft, in den ersten Lebensjahren und in der Zeit der Pubertät – gelegt werden und auf die Menschen mithin bewusst einwirken können,<sup>125</sup>
- *drittens* auf Einflüssen aus der Umgebung (über die epigenetischen Schalter hinaus), wie z. B. die Sozialisationen in der Familie, in der Schule, im Freundeskreis etc., und
- *viertens* auf eigener und lebenslang zu leistender Entwicklungsarbeit, indem man z. B. seine Begabungen sucht, sich für Aufgaben und/oder Menschen begeistert und damit seine eigene Identität, sein stabiles Ich bewusst „entwickelt“ – und nicht bloß „findet“ wie etwas, das von vorneherein vorhanden ist.

Der Mensch hat offenbar die Neigung, seine Identität, sein Selbstbild möglichst stabil zu halten. Im Allgemeinen wehrt er Angriffe auf sein Ich vehement ab, er blendet Umstände aus, die zu seinem Selbstbild dissonant sind, er nimmt also selektiv wahr, um sein Selbstbild aufrecht erhalten zu können. Obendrein sieht er die Gegenwart stets als den Wendepunkt des Lebens in dem Sinne, als seine Identität nun mehr oder weniger abgeschlossen oder „gefunden“ wäre und diese für das weitere Leben stabil bliebe, er unterliege also der Illusion vom „Ende der Geschichte“.<sup>126</sup>

Diese *Stabilitätsillusion* funktioniert so lange, als Veränderungen im Leben inkrementaler Natur sind, also in kleinen Schritten passieren, wie auch körperliche Veränderungen im Laufe der Zeit. Sprunghafte Veränderungen in sehr kurzen Zeiträumen bedrohen dagegen das Selbstbild massiv, sie können Krisen, ja sogar Traumata und psychiatrische Störungen auslösen, wie z. B. das Borderline-Syndrom, bei dem Teile der Identität von sich abgespalten werden, um weiterleben zu können. Antwortstrategien zu abrupten Umbrüchen im Leben bestehen vornehmlich in der Marginalisierung der Wirkungen und Angriffe („Es handelt sich doch nur um Peanuts“ etc.), in der Betonung des Positiven, um sich zu entlasten („Ich handelte nach bestem Wissen und Gewissen“ etc.), oder in der Ablenkung vom Ich („In Wahrheit geht es doch um etwas ganz Anderes“ etc.). Die Anpassung des Selbstbildes, die Umorientierung des wahren Ich ist bei *allmählichen* Änderungen erst in größeren Zeitabständen, also unvermeidbar, sobald sie eine kritische Masse erreichen. Bei *abrupten* Umbrüchen folgt dem Schock sehr bald die Phase der Anpassung.<sup>127</sup>

Mit zunehmendem Alter kann die Stabilitätsillusion auch dadurch zumindest teilweise gelebt werden, dass man Bewertungsmaßstäbe verschiebt: Der Fokus wird zunehmend auf das Geschehen in der Vergangenheit gerichtet, auf das früher Geleistete und Erreichte, auf positive Emotionen und Erlebnisse von früher usw. Das Gefühl eines stabilen Ich wird aus dem bereits gelebten Leben abgeleitet, das einem ja niemand mehr wegnehmen kann; so vermag ein stabiles Identitätsgefühl zu entstehen. Man kann diese Verschiebung des Fokus als Selbstbetrug klassifizieren, aber man muss konzедieren, dass es sich hierbei um eine sowohl taugliche Einrichtung, indem sie der Lebensbewältigung dient, also auch um eine gnädige handelt.<sup>128</sup>

Obendrein eröffnet besonders der Blick zurück, die Sicht auf das bisherige Leben die Haltung der *Dankbarkeit*. So kann etwa die Erkenntnis, dass nichts selbstverständlich war und ist,

dankbar machen, dem Leben einen größeren Bedeutungszusammenhang und damit Sinn geben und letztlich die Persönlichkeit stabilisieren.<sup>129</sup>

Das Selbstbild eines Menschen ist aus der Perspektive des gesamten Lebens etwas Veränderliches, Dynamisches. Aus dem Blickwinkel der Lebenskunst kommt es darauf an, dass das Selbstbild zu den Lebensumständen passt, dass – allzu starke – Dissonanzen des Selbstbildes zur Umwelt vermieden werden und dass es kontinuierlich aktiv und bewusst weiterentwickelt wird. Eine Balance zwischen Selbstbild und Umwelt herzustellen bietet die Aussicht auf Glücksmomente und auf ein Gefühl, bei sich angekommen zu sein.

Bei der (Weiter-)Entwicklung des wahren Ich können die Mängel der *Konfliktscheue*, der *Selbsttäuschung* und der *Willensschwäche* auftreten:<sup>130</sup>

Authentisch zu sein, das ist relativ einfach, solange die ethischen Grundüberzeugungen und Selbstverpflichtungen in konkreten Lebenssituationen eine klare Entscheidung zwischen „richtig“ und „falsch“ erlauben. Schwieriger wird die Wahrung der Authentizität dann, wenn diese Überzeugungen zueinander in Widerstreit geraten, also ein *Konflikt* oder *Dilemma* vorliegt. Nun gilt es, den *Wertekonflikt* zu lösen. Klassisch ist etwa das Beispiel eines armen Familienvaters, der in eine Apotheke einbricht, um für seine lebensbedrohlich erkrankte Frau das rettende Medikament zu erhalten, das er nicht bezahlen könnte. Oder das Beispiel der Folter gegenüber einem Terroristen: Soll man sie anwenden, um mit hoher Wahrscheinlichkeit an Informationen zu gelangen, die das Leben zahlreicher Menschen retten?

Als konfliktfähig gilt ein Mensch dann, wenn er sich mit dem Dilemma beschäftigt und sich zu einer Setzung von Prioritäten durchringt; konfliktscheu ist dagegen ein Mensch, der dem Widerstreit, der Reflexion und der ethischen Entscheidung durch Verdrängung, Vertagung etc. ausweicht; obendrein werden hier Lernprozesse zur Lösung von Dilemmata verhindert. Konfliktscheue führt zu einer Spannung, ggf. zu einer argen Schräglage in der Persönlichkeit.

*Selbsttäuschung* als Authentizitätsmangel bedeutet, dass ein Mensch seinem Selbst- und Weltbild widersprechende Informationen nicht angemessen wahrnimmt, darüber nicht nachdenkt und partiell in einer Scheinwelt lebt. Auch Selbsttäuschung führt zu einer Schräglage im Ich, zu einer Spannung, die den Frieden mit sich selbst gefährdet.

*Willensschwäche* liegt dann vor, wenn ein Mensch in einer ethischen Konfliktsituation freiwillig, also ohne bedeutenden äußeren Zwang Grundüberzeugungen nachgibt, die nicht seine eigenen sind. In seinem Reden gibt er z. B. den von anderen Menschen geäußerten Einschätzungen oder vermeintlichen Erwartungen schnell nach, obwohl sie für ihn nicht die erste Wahl, nicht richtig, nicht wünschenswert o. ä. sind. Willensschwäche führt leicht zu einem Konflikt zwischen dem wahren Ich und dem Reden und Tun eines Menschen. Willensschwäche hat ferner mit der Weiterentwicklung der Persönlichkeit selbst zu tun: Willensschwäche ist eng verwandt mit mangelnder Reflexionsfähigkeit und so führt sie leicht zu einem mehr oder weniger beliebigen und im Zeitablauf von außen leicht wandelbaren Ich.

Stabilität im Leben können *Gewohnheiten* geben.<sup>131</sup> Vornehmlich haben diese täglichen Routinen und Rituale Bedeutung für die allgemeine Lebensführung, sie bilden das Rückgrat des Alltags, sie werden, um mit *Aristoteles* (384 bis 322 v.Chr./v.d.Z.) zu sprechen, „zu einer zweiten Natur“ für den Menschen.<sup>132</sup>

Gewohnheiten schützen vor Überraschungen im – alltäglichen – Leben, sie stellen ein mehr oder weniger ruhiges Leben sicher, sie schaffen Alltag und ein Gefühl der Sicherheit und ggf. auch der Geborgenheit. „Alltagsschwund“ kennzeichnet eine Situation, in der das Verlässliche und das Immer-wieder-Kehrende im Alltag, also die Normalität im Leben fehlt; er belastet psychisch und physisch. Fehlen verlässliche Gewohnheiten in einer ganzen Gesellschaft, weil es z. B. durch eine Besatzungsmacht zu unvorhersehbaren und willkürlichen Strom- und Wasserabschaltungen kommt, so kann kollektiver Stress – mit allen schwerwiegenden Auswirkungen – entstehen.<sup>133</sup>

Je mehr *Gewohnheiten* das Leben bestimmen, umso weniger Platz ist für die Entdeckung von etwas Neuem, für ein Arbeiten an seiner Persönlichkeit, für das eigene Wachstum im Sinne einer umfassenden Balance des Ich. So sehr Gewohnheiten für die Bewältigung der einzelnen Lebenssituationen wichtig sind, so sehr können sie eine aktive und bewusste Persönlichkeitsentwicklung behindern. Weder ein nur von Gewohnheiten beherrschtes Leben noch ein Leben ohne Gewohnheiten erscheint wünschenswert. Auch hier kommt es auf das *rechte Maß* an: Die Lebenskunst des Umgangs mit Gewohnheiten zielt auf eine wohldosierte Weiterentwicklung, auf eine Evolution des Ich in kleinen Schritten, zumindest in Bezug auf jene Gewohnheiten, die der einzelne Mensch beeinflussen und gestalten kann.<sup>134</sup>

Lebenslang an seiner Persönlichkeit zu arbeiten schließt Gewohnheiten ein, liebgewonnene und weniger geschätzte, selbst wahrgenommene und (noch) nicht erkannte. Gewohnheiten gehören zur „Natur“, zur Persönlichkeit des Menschen, auch wenn sie dank ihrer leichten Veränderbarkeit – im Vergleich zu stabilen Merkmalen des Ich – als eine Art „zweite Natur“ erscheinen, die also durch den Menschen selbst geschaffen ist. Schon eine kleine Neuorientierung, die Änderung einer einzigen Gewohnheit kann die Persönlichkeit und das Leben in Bewegung bringen, kann im Sinne eines Domino-Effekts weitergehende und vorab vielleicht gar nicht bedachte Wirkungen auf das Leben zeitigen, sie kann zu einem Wachsen des Ich beitragen und sowohl den einzelnen Menschen selbst als auch andere freudig überraschen.<sup>135</sup>

Eine im Leben konstante Identität, eine „Quintessenz des eigenen Wesens“ gibt es nicht. Das wahre Ich ist ein dynamisches Konstrukt, zeitlebens ist es in Bewegung, es nimmt fortwährend andere, neue Formen an.<sup>136</sup> Die Kunst des Lebens liegt hier darin, sich in diese ständige Wandlung einzubringen, sie auf Ziele, Wünsche und Träume hin zu gestalten; so vermag der Mensch das wahre Ich lebenslang zu entwickeln.

Mithin ist das *Leben* – im Allgemeinen und die *Liebe* im Besonderen – „der Versuch, in einem andauernden Prozess immer wieder neu den richtigen, den ‚passenden‘ Umgang miteinander auszuhandeln“<sup>137</sup>. *Authentisch* zu sein heißt

- sich seiner *stabilen Charaktereigenschaften* bewusst werden und
- sein *Selbstbild*, das auch *Gewohnheiten* einschließt, zeitlebens reflektieren und – im Umgang mit sich selbst, mit anderen Menschen, mit der Welt und ggf. mit seinem Gott – „aushandeln“, also bewusst weiterentwickeln.

Kunst des Lebens bedeutet, im Umgang mit sich selbst, mit anderen Menschen und mit der Welt immer wieder eine Balance zu suchen, sie ist der umfassend verstandene „*passende Umgang miteinander*“. Nachdem das wahre Ich nicht etwas Feststehendes, sondern etwas permanent Wandelbares ist, liegt es am Einzelnen, mögliche Schräglagen in diesem Umgang

zu erkennen und stets eine Balance bewusst und aktiv zu suchen. Diese Balance im Leben ist eine Situation des „Friedens“; das hebräische „*Schalom*“ streicht diese Dimensionen von Frieden hervor, indem der Inhalt nicht auf die Abwesenheit von Krieg eingeschränkt ist, sondern die Balance im Umgang mit sich selbst, mit anderen Menschen, mit der Welt und ggf. auch mit einem Gott meint.<sup>138</sup>

Die Balance des Lebens zu finden ist eine lebenslange Herausforderung. Das Leben zwingt förmlich zur beständigen Veränderung, nicht zuletzt auch aufgrund biologischer Veränderungen. Zeitlebens ist der Mensch einem Zwang zur Veränderung ausgesetzt, er muss neue Anforderungen erkennen, aufgreifen, in einer aktiven Form in sein Leben integrieren oder in einer passiven Form auf sein Leben wirken lassen. Die Persönlichkeit eines Menschen ändert sich fortwährend, ihren Kern, das weitgehend Stabile macht „*die eigene Art und Weise*“ aus, wie er die Anforderungen des Lebens laufend – passiv und aktiv – aufnimmt.<sup>139</sup>

Wie kann der Mensch das Authentische erkennen? Eine Anekdote, die obendrein die Brücke zu dem am Anfang dieses Abschnitts erwähnten Spiegel schlägt, vermag einen Weg zu weisen: In der Zeit des König *Edward VII.* wird ein ranghoher Mitarbeiter der deutschen Botschaft in London 1906 mit der Organisation eines Dinners betraut und hierfür soll er für den sinnenfrohen König auch ein Dutzend Prostituierte einladen; der Mitarbeiter tritt allerdings von seinem angesehenen und gut dotierten Posten in der Botschaft lieber zurück als seinen persönlichen (moralischen) Vorstellungen zuwiderzuhandeln. Auf die Frage nach seinem Beweggrund für den Rücktritt antwortet er, die Vorstellung, „morgens beim Rasieren im Spiegel einem Zuhälter ins Gesicht zu blicken“, würde er nicht aushalten.<sup>140</sup>

Authentisch ist ein Mensch dann, wenn seine im Leben dynamisch weiterzuentwickelnde und auf eine Balance im Umgang mit sich selbst, mit anderen Menschen und mit der Welt abstellende *Persönlichkeit* einerseits und sein nach außen hin sicht- und beobachtbares *Reden und Tun* andererseits übereinstimmen, wenn also keine – allzu großen – Differenzen zwischen dem „wahren Ich“ und dem „Reden und Tun“ bestehen. Das dynamische Konstrukt des wahren Ich ist etwas Persönliches und für Mitmenschen weitgehend verborgenes, das Reden und Tun dagegen sichtbar. Diskrepanzen zwischen Persönlichkeit und Reden/Tun sind eine sehr persönliche Angelegenheit, d. h. nur der einzelne Mensch selbst kann sie erkennen, für Andere bleiben sie – weitgehend – verborgen. Der Blick in den Spiegel vermag dem einzelnen Menschen sein wahres Gesicht und seine – derzeitige – Lebenskunst der Authentizität zu zeigen.

Der Blick in den Spiegel offenbart einem Menschen Eigenschaften und Merkmale seiner Persönlichkeit. Manche von ihnen erscheinen ihm wünschenswert, an anderen mag er einen mehr oder weniger großen Bedarf an Änderung erkennen, einige würde er am liebsten loswerden, andere in sein Ich gerne aufnehmen.

Für die Kunst des Lebens ist die Balance im Umgang mit sich selbst, mit anderen Menschen und der Welt, also der „*Friede in der Persönlichkeit*“ zentral. Für die Reflexion und die Weiterentwicklung der Persönlichkeit verfügt der Mensch über die sog. „inneren Bilder“.

## Den Garten der inneren Bilder kultivieren

Innere Bilder zeigen und bestimmen, *wie* ein Mensch sich selbst, andere Menschen, andere Lebewesen, die unbelebte Natur und jedes andere Etwas sieht. Innere Bilder drücken sich in Haltungen, in Einstellungen, in grundsätzlichen Herangehensweisen aus, sie sind die innere Stimme des Herzens *und* der Vernunft.<sup>141</sup>

Die innere Stimme des Herzens spiegelt das Kind im Menschen wider. Bei vielen Erwachsenen ist sie überlagert, ihre leisen und zarten Töne gehen im Trubel des modernen Lebens unter. So manche „großen Leute“ sind der Herzensstimme verlustig geworden und damit der großen Gefahr ausgesetzt, Wesentliches nicht (mehr) zu sehen. Die „Sehnsucht nach dem (verlorenen) Glück der Kindheit“ ist diese vielfach verzweifelte und diffuse Sehnsucht nach dem Kind in einem, nach einem Leben, in dem man z. B. sich noch unbekümmert an der Schönheit einer Blume erfreuen, lustige oder gar „ver-rückte“ Ideen entwickeln und leben kann, in Fantasien und Träumen schwelgen, einfach mit der Seele baumeln darf, das Herz unbekümmert weit öffnen und es sprechen lassen kann, der Muße frönen darf usw.<sup>142</sup>

Seine inneren Bilder erhält der junge Mensch mit seiner genetischen und epigenetischen Ausstattung bei der Geburt nicht in endgültiger und unveränderbarer Form. Es sind zusätzlich die primäre und die sekundäre Sozialisation, Erfahrungen des Lebens und die lebenslange bewusste Kultivierung und Weiterentwicklung, die „Selbsterziehung“, die die inneren Bilder zeichnen. Die Plastizität des menschlichen Gehirns, eine Erkenntnis der modernen Neurobiologie, zeigt die lebenslange Verantwortung des Menschen für seine inneren Bilder. Etwa als Miesepeter durch die Welt zu gehen oder für die innere Stimme des Kindes blind zu sein, das hat ganz wesentlich mit den inneren Bildern zu tun.

Dass die *Fantasie*, dass *Träume* und mithin *Bilder im Kopf* für das entscheidend sind, was der Mensch sieht, das illustriert eindrucksvoll *Antoine de Saint-Exupéry* in seinem Büchlein „*Der Kleine Prinz*“ an zwei kleinen Beispielen:

- *Erstens* zeigte der abgestürzte Pilot, so erzählt er, in seiner Kindheit Erwachsenen – „großen Leuten“, wie es dort heißt – eine Zeichnung mit einer Riesenschlange, die einen Elefanten verschlungen hatte, doch Erwachsene sahen nur einen Hut; erst mit einer weiteren Zeichnung, die das Innere der Schlange augenscheinlich und damit ganz direkt zeigte, konnten sie verstehen. „Erwachsene brauchen immer Erklärungen“, die Fantasie des Kindes fehle offenbar.<sup>143</sup>
- *Zweitens* trifft der Kleine Prinz auf den in der Wüste notgelandeten Piloten, den er bittet, ein Schaf für ihn zu zeichnen. Der Pilot ist mit seinen eigenen Zeichnungen allesamt unzufrieden, verzweifelt zeichnet er schließlich eine Kiste mit Löchern. Zu seiner Überraschung ist der Kleine Prinz damit zufrieden, er meint zum Piloten: „Schau! Es ist eingeschlafen!“. Dank seiner Fantasie stellt sich der Kleine Prinz ein Schaf in der Kiste vor.<sup>144</sup>

Die Stimme des Kindes ist die Stimme der Intuition, die sich auf Genetik, Epigenetik und das Extensionsgedächtnis des Menschen stützt. Bei jeder Art von Bewertung im Leben treffen (1) Ausschnitte der objektiven Realität und (2) subjektive innere Bilder aufeinander. Diese Bewertung durch den Menschen kann sich auf einer körperlich-sinnlichen, einer emotionalen, einer gedanklichen und vielleicht auch auf einer transzendenten Ebene ausdrücken, sie ist Quelle von Momenten des Glücks und des Unglücks, von Freude und Leid, von Ruhe und

Getrieben-Sein, von Zufriedenheit und Hadern mit dem Leben, von Empfindungen eines Sinns und einer Absurdität usw.

Die Bewertung erfolgt im Inneren des Menschen, sie ist eine Sache des Herzens, der inneren Bilder, der Einstellungen und der Vorstellungen des Menschen. Das Ergebnis der Bewertung zeigt die *Bedeutung* von Menschen, von Dingen, von Begebenheiten etc. für einen Menschen. Wie man bewertet und sich in konkreten Lebenssituationen sieht und fühlt, das hat man zu einem guten Teil selbst in der Hand. Der berühmte Satz „Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar“<sup>145</sup> ist eine Metapher für diese selbst zu verantwortende Bewertung. Der Appell, mit dem Herzen zu sehen, bedeutet, viel mehr, viel tiefere und neue Aspekte zu sehen als augenscheinlich vor einem liegen.<sup>146</sup> Die *Galerie* oder der *Garten der inneren Bilder* eines Menschen, die oder den er für die Bewertung von Menschen, d. h. des Ich wie auch des Du, von Dingen, Lebenssituationen etc. in seinem Inneren errichtet, ist dynamisch, indem einerseits weitere Erfahrungen des Lebens und andererseits eigene Maßnahmen der Pflege und Umgestaltung darauf einwirken:

- Dem Herzen Aufmerksamkeit zu schenken heißt, die Galerie oder den Garten der inneren Bilder in der zentralen Bedeutung für die Sicht und Bewertung der Welt zu sehen.
- Der Vernunft im Leben verpflichtet zu sein heißt, die weitere Entwicklung der Galerie oder des Gartens der inneren Bilder selbst in die Hand zu nehmen, darüber zu reflektieren und zielorientiert durch Selbsterziehung zu einem subjektiven Gesamtkunstwerk zu kultivieren.

Im Kleinen Prinzen findet sich das wunderbare Bild vom Affenbrotbaum und vom Rosenstock.<sup>147</sup>

- Der „*Affenbrotbaum*“ steht für Ärger, Feindseligkeit, Angst, Furcht, Neid, Missgunst, Enttäuschung usw., er gilt als schlechtes Gewächs, als Unkraut des Lebens.
- Der „*Rosenstock*“ steht für Freude, Mitleid, Hilfsbereitschaft, Hoffnung, Zuversicht, Zuneigung, Liebe, Wärme, Wohlwollen, Vergeben und Verzeihen, Achtsamkeit etc., er gilt als gutes Gewächs, als das Erstrebenswerte im Leben, denn er zeigt Spuren zu Glück und Sinn.

Die jungen Triebe der beiden Pflanzen sind einander zum Verwechseln ähnlich. Der Gärtner ist bemüht, Affenbrotbäume auszureißen, sobald er sie erkennen kann, solange sie noch klein und ihre Wurzeln noch nicht tief verankert sind; je größer sie werden, umso eher drohen sie alles zu überwuchern, einen großen Affenbrotbaum wird man letztlich gar nicht mehr los.<sup>148</sup>

„Jäte das Unkraut, sobald es sich zu erkennen gibt!“, empfahl schon *Voltaire*, und weiter: „Wir müssen unseren Garten kultivieren!“. Gärtner in seinem Garten der inneren Bilder, acht- und sorgsam möge der Mensch sein, indem er Affenbrotbäume so früh wie möglich entfernt und Rosenstöcke hegt und pflegt. Und obendrein liegt es am Gärtner, d. h. an seinem Herz und seiner Vernunft (Reflexion, zielorientiertes Handeln), seinen Garten um das eine oder andere neue Rosenstöcklein zu bereichern.

Affenbrotbäume als negative innere Bilder schwächen und gefährden den Menschen. Rosenstöcke als positive innere Bilder stärken und fördern, sie bringen den Menschen weiter. Das Unkraut gehört zum Leben, in jeder Situation und in jeder (eigenen und fremden) Handlung kann es einem begegnen. Doch die stete Reflexion darüber, ob das augenblickliche Ich, Du oder Etwas ein Affenbrotbaum ist, und die Rolle des Gärtners in seinem Garten der inneren



Bilder, d. h. der Vor- und Einstellungen, zeigen den Weg zu einem *Rosengarten des Lebens*.<sup>149</sup>

„Des Lebens ungetrübte Freuden ward keinem Irdischen zuteil“, heißt es im „Ring des Polykrates“ von *Friedrich von Schiller* (1759 bis 1805). Das menschliche Leben kennzeichnet eine Polarität, zu der auch das „Unglück“, zu der auch Schmerz, Leid und schließlich der Tod gehören; die Gefahr des Absturzes aus den Höhen des Glücks und des Sinns ist allgegenwärtig.<sup>150</sup> Doch auch beim Negativen, beim Falschen im Leben hängt alles am Umgang damit: Mit welchen inneren Bildern bewertet der Mensch einen Schlag des Schicksals, eine schwere Enttäuschung, Schmerz, Leid und Tod etc. Es ist der „Sehepunkt“, wie *Johann Martin Chladenius* (1710 bis 1759) formulierte,<sup>151</sup> die inneren Bilder, die das Erleben und Zurandekommen mit „Schicksal“, mit Lebenssituationen bestimmen. Und für sie ist der Mensch zum überwiegenden Teil selbst verantwortlich.

## „Raupen“ und „Schmetterlinge“ im Garten des (Liebes-)Lebens

Im Kleinen Prinzen erzählt *Antoine de Saint-Exupéry* auch dessen Liebesgeschichte mit einer Rose. „Ich bin noch ganz zerrupft“, meint die junge und sich entfaltende Rose, und der Kleine Prinz erfüllt ihr bereitwillig jeden Wunsch; schließlich stellt er sie sogar unter einen Glassturz, um sie vor Zugluft und vor allem vor Schädlingen wie Raupen zu schützen. Die Rose spielt Schwäche vor, durch Hüsteln will sie den Kleinen Prinzen ins Unrecht setzen, dann quält sie ihn sogar. Eines Tages beginnt der Kleine Prinz an der Liebe zu zweifeln, er wird sehr unglücklich und beschließt, den Planeten zu verlassen. Die Rose bekennt, dumm gewesen zu sein, sie bittet um Verzeihung und gibt dem Kleinen Prinz den Wunsch auf den Weg: „Versuche glücklich zu werden!“.<sup>152</sup>

Die Hinwendung, die Liebe zu einem Du ist wohl die stärkste Quelle von Glück und von Sinn. Ein von Liebe getragenes, ein „geteiltes“ Leben und Erleben ist „doppelt beglückend, denn, wie u. a. *Albert Schweitzer* feststellte: „Glück ist das Einzige, das sich verdoppelt, wenn man es teilt“. Und das gilt nicht nur für die Beziehung zwischen Mann und Frau, sondern für jede Art menschlicher Gemeinschaft. Der Mensch ist ein soziales Wesen und insofern in seinem Leben auf das Du angewiesen.<sup>153</sup>

In der Hinwendung auf ein Du wirken Kräfte der Abhängigkeit und der Unabhängigkeit einander entgegen; beide gehören – in einer langfristigen Balance – dazu, um Glück und Sinn finden zu können. *Abhängigkeiten* betreffen vornehmlich drei Ebenen: die *körperliche*, auf der einer für den anderen z. B. für Essen und Trinken sorgt wie Eltern für ihre kleinen Kinder; die *seelisch-emotionale*, die die nötige Orientierung und Zuwendung an und durch Bezugspersonen bietet; die *geistige*, auf der ein Mensch Anteil an der Klugheit und Weisheit anderer hat.<sup>154</sup> Unter Umständen kommt eine *transzendente* als vierte Ebene hinzu, die vornehmlich ein Gefühl der Abhängigkeit oder besser der Verbundenheit – über eine Rückbindung an einen „Ursprung in Gott“ und über eine Orientierung auf ein überirdisches Ziel hin – bieten kann.

Der Kleine Prinz verlässt die Rose zum einen wegen Überforderung und zum anderen wegen des Drangs nach Freiheit. Unabhängigkeit und Freiheit stehen für eine selbstbestimmte Persönlichkeit.

Die Liebe zu einem Menschen steht im Spannungsfeld zwischen (1) dem Wunsch nach *Bindung und Abhängigkeit* einerseits (eine solche bedeutet das Teilen und das Verdoppeln von Glücksmomenten) und (2) dem Wunsch nach *Freiheit und Unabhängigkeit* andererseits. Zu lieben, das bedeutet, etwas zu tun; „lieben“ ist eine Tätigkeit, eben ein Verb, Liebe ist die Frucht eines Tuns im Leben.<sup>155</sup> „Lieben“ geht über eine emotionale Angelegenheit weit hinaus, es bedeutet, einem Menschen, der einem viel bedeutet, *Liebesdienste* zu erweisen, also etwas zu tun, das dem *Wohl* des geliebten Menschen förderlich ist. Hierfür ist in einer empathischen Haltung zu fragen, was dem Anderen zu seinem Wohl gereicht.

Die Liebe ist etwas *Polares*: Sie hat das Potenzial sowohl für große Glücksmomente und Lebenssinn als auch für große Enttäuschung, Schmerz und Leid. Dem *Glück des Eins-Seins* steht das *Unglück des Verschieden-Seins* gegenüber; die Erfahrung des Getrennt-Seins und besonders der Enttäuschung schmerzt. Sich vor dem Enttäuscht-Werden durch Nicht-Liebe zu schützen würde aber das große Glück des Eins-Seins vereiteln.

„*Ich muss wohl zwei, drei Raupen aushalten, wenn ich die Schmetterlinge kennen lernen will*“<sup>156</sup>, sagt die Rose zum Kleinen Prinzen, als sie ihm ihre Liebe gesteht und darum bittet, die Glasglocke liegen zu lassen. Man muss wohl die eine oder andere Unbill in Kauf nehmen, die Polarität des Lebens im Allgemeinen und der Liebe im Besonderen annehmen, um das Glück (u. a. der Liebe) erleben zu dürfen.<sup>157</sup> Mit Blick auf *Adorno* könnte man sagen, man muss das falsche Leben in Kauf nehmen, um etwas Richtiges finden zu können.

„*Zwei, drei Raupen aushalten*“, diese Rede kann eine Grundhaltung, ein zentrales *inneres Bild für die Liebe* – und ebenso allgemein *für das Leben* – sein. Nicht den geliebten Menschen und seine Einstellungen und Gewohnheiten sowie die Welt in seinem Sinne ändern zu wollen, was in der Regel ein von vorneherein zum Scheitern verurteiltes Ansinnen darstellt, sondern zwei oder drei Raupen akzeptieren. Die Rede, zwei oder drei Raupen auszuhalten, bedeutet auch, nicht jedes Wort auf die Goldwaage zu legen, das eine oder andere Wort oder Tun auch im Interesse des Gemeinsamen zu übersehen; zwischen Liebenden entscheidend bleibt die acht- und sorgsame Hinwendung, die eine gemeinsame Blickrichtung bedeutet.<sup>158</sup>

Die *Hinwendung* auf ein Du und auf ein Etwas – wie eine Aufgabe oder eine (Erwerbs-)Arbeit – mag Mühen und Unbequemlichkeiten bereiten. Doch erst der *Umweg* der Anstrengung und der vorübergehenden Glücksminderung öffnet vielfach einen Weg zu wahren Glücksmomenten sowie längerfristiger Zufriedenheit und Sinnfindung. Liebe sowie Glück und Sinn aus der Hinwendung auf ein Du oder Etwas sind ohne Anstrengung und ohne die eine oder andere Enttäuschung und leidvolle Erfahrung nicht zu haben.

Im Garten der Liebe kommt es auf die *Balance* zwischen Abhängigkeit und Unabhängigkeit, zwischen Bindung und Freiheit an. Nur Raupen vorzufinden, das lässt an der Sinnhaftigkeit der Hinwendung zweifeln und Abwendung entstehen, nur Schmetterlinge anzustreben, das ist eine Idealisierung von Liebe, und Ideale haben die unangenehme Eigenschaft, in der Regel nicht erreicht zu werden; nur im Ideal der Liebe Glück und Sinn zu sehen, das führt geradewegs in Enttäuschung und Traurigkeit. Sowohl die Natur als auch die Liebe und das Leben haben *Raupen und Schmetterlinge*. Ein Gleichgewicht im Garten der Liebe anzustreben bedeutet, die Zahl der Raupen nicht zu groß werden zu lassen und sich stets um Schmetterlinge zu bemühen.

Die Rede von den Raupen und Schmetterlingen kann auch auf die Eigenheiten, Eigenschaften und Gewohnheiten eines Du gemünzt werden. „Zwei, drei Raupen aushalten“, das heißt hier, das Du nicht ändern zu wollen, sondern auch die eine oder andere subjektiv für negativ erachtete Facette seiner Persönlichkeit in Kauf und anzunehmen. Wichtig ist, dass man in der Hinwendung auf das Du auf die positiven Facetten fokussiert, dass man die schönen Seiten der Beziehung betont, dass eine gemeinsame Blickrichtung im Leben entsteht und so über das Du Glück und Sinn entstehen können.<sup>159</sup>

## Zur Frage der Integrität im Leben

**A**uthentizität zeigt der Blick in den Spiegel und ist eine Frage der Selbsterkenntnis, für andere ist sie kaum beobachtbar. Ob jemand in einer Lebenssituation eine Rolle spielt und Verhaltensweisen zeigt, die seinem Wesen, seiner eigenen Art und Weise nicht entsprechen, das können Außenstehende nicht endgültig beurteilen; für sie ist die Frage der Authentizität einer Person offen. Authentizität ist ausschließlich eine Frage der Innenperspektive.

Anders ist die Lage bei der Frage nach der *Integrität*: Sie betrifft das Wort-Brechen, die Übereinstimmung von *Wort und Tat*. Da sowohl das Reden als auch das Tun von außen wahrnehmbar sind, kann die Frage nach der Integrität nicht nur vom Akteur selbst, sondern grundsätzlich von jedem beobachtenden Menschen beantwortet werden. Mithin ist Integrität sowohl aus einer Innen- als auch aus einer Außenperspektive zu beurteilen, Integrität kann also Ausfluss einer Selbst- und ebenso einer Fremdzuschreibung sein. Die Einschätzungen von innen und von außen können einander widersprechen.<sup>160</sup>

Drückt ein Mensch seine Wertvorstellungen weder explizit durch sein Reden noch implizit z. B. durch Mimik und Gesten aus, so fehlt in der Kette „*Persönlichkeit – Reden – Tun*“ das mittlere Glied. Hier können nur noch das wahre Ich und das konkrete Handeln einander gegenübergestellt werden. Die Fragen der Authentizität und der Integrität fallen quasi zusammen und obendrein entfällt für Außenstehende die Möglichkeit, die Integrität eines Menschen einzuschätzen.

„*Integrität*“ steht allgemein für Unverletzt- und Unversehrtheit, für die Makellosigkeit von Personen und Sachen. In einem *ethischen* Kontext, und der liegt dem allgemeinen Sprachgebrauch und unseren Gedanken zugrunde, geht es um die Übereinstimmung von ethischen Werten mit dem konkreten Handeln, von Idealen und Wertvorstellungen mit der tatsächlichen Lebenspraxis. Demnach ist ein Mensch dann integer, wenn seine persönlichen ethischen Überzeugungen, die er über sein Reden, über sein Wort nach außen kund tut und damit preisgibt, sich in seinem Verhalten widerspiegeln, also ausdrücken. Als Synonyme für diese Art von Integrität gelten etwa *Wahrhaftigkeit* und *Aufrichtigkeit*.

Im Kontext der *Informationstechnik* steht Integrität für die Unversehrtheit von Daten auf einem Datenträger („integre Datenträger“), man fokussiert auf die korrekte und vollständige Abspeicherung bestimmter Daten auf einem Träger. Im Kontext der *Biologie* bedeutet sie die Unversehrtheit eines Organismus, des Körpers und den Ablauf biologischer Prozesse ohne Störungen. In den *Rechtswissenschaften* wird mit Integrität aus völkerrechtlicher Perspektive auf die Unversehrtheit eines Staatsgebietes und aus menschenrechtlicher Sicht auf die körperliche Unversehrtheit des Menschen abgestellt.<sup>161</sup>

In der ethischen Verwendung ist von – der stets positiv konnotierten – Eigenschaft der „personalen Integrität“ die Rede. Sowohl in der Eigen- als auch in der Fremdsicht können ihr fünf Dimensionen zugeschrieben werden:<sup>162</sup>

- Selbsttreue,
- Rechtschaffenheit,
- Standhaftigkeit,
- Reflexion und
- Ganzheit.

Die „Selbsttreue“ stellt auf die Übereinstimmung von kund getanen Grundüberzeugungen und Selbstverpflichtungen mit dem konkreten Lebensvollzug ab, eine Person lebt also im Einklang mit seinem nach außen transparent gemachten Wollen. Ob dieses für Andere offenkundige Wollen eines Menschen auch seinem wahren Ich entspricht, ist eine Frage der Authentizität, die sich der Fremdbeurteilung weitestgehend entzieht; nur der Mensch selbst steht in diesem möglichen Konflikt zwischen wahren Ich und dem Reden, dem ausgedrückten Wollen.

Die Selbsttreue ist eine rein formale Dimension, ihre Zuschreibung basiert auf einer Gegenüberstellung von Reden und Tun, eine inhaltliche Beurteilung des Wollens erfolgt nicht. Das kann dazu führen, dass die Selbsttreue auch einem Menschen zuzusprechen ist, der in seinem Wollen gesellschaftlich anerkannte Standards unterschreitet, solange er das macht, was er kund tut. Kann etwa ein Betrüger oder Menschenhändler deshalb schon als integer gelten, weil sein Lebensvollzug seinem Reden entspricht, er also Selbsttreue zeigt?

Integrität kann sich daher wohl nicht auf eine rein formale Betrachtung beschränken: Mit der „Rechtschaffenheit“ wird eine Dimension in die Integrität eingebaut, die auf einen Lebensvollzug innerhalb des ethisch Tolerierbaren zielt. Ein selbsttreuer Mensch gilt demnach nur dann als integer, wenn er mit seinem Wollen und Tun ein moralisches Minimum erfüllt. Diese Rechtschaffenheit fungiert als *inhaltliches* Korrektiv der Selbsttreue.<sup>163</sup> Der Aufbau eines wahren Ich, das die Grenzen des sittlich Tolerierbaren nicht überschreitet, ist eine Frage der aktiven Persönlichkeitsentwicklung und gehört zur – der Integrität vorgelagerten – Authentizität.

Das moralische Minimum einer Persönlichkeit wird man in jenen Vorstellungen und Werten sehen können, die dem Rechtssystem zugrunde liegen und die in der Rechtsordnung explizit oder teleologisch zum Ausdruck kommen. „Der freiheitliche, säkularisierte Staat lebt von Voraussetzungen, die er selbst nicht garantieren kann“, so lautet das „Böckenförde-Theorem“;<sup>164</sup> der moderne Rechtsstaat setzt sittliche Grundlagen voraus, die er selbst z. B. über seine Verfassung nicht sicherstellen kann. Diese moralische Basis betrifft ein Mindestmaß an Friedfertigkeit, an Diskurs- und Kooperationsbereitschaft, an Rechtsakzeptanz, an Achtsamkeit und Gemeinwohlorientierung etc. Ferner ist das Recht im Verfassungsrang keineswegs wertneutral; in vielen Staaten haben Grund- und Menschenrechte, wie sie z. B. auch in der Europäischen Menschenrechtskonvention (EMRK) enthalten sind, Verfassungscharakter. Damit werden sittliche Mindeststandards auf höchster Hierarchieebene geschaffen. Aber auch in zahlreichen einfachgesetzlichen Regelungen der Rechtsordnung sind ethische Vorstellungen ausdrücklich oder als dahinter stehendes Telos erkennbar.

Ob man als *moralisches Minimum* für Integrität (a) „nur“ die nicht kodifizierbaren Voraussetzungen des modernen Rechtsstaats sowie die Grund- und Menschenrechte (vornehmlich der EMRK entsprechend) ansieht oder (b) auch sittliche Standards – auf niedrigerer Ebene im Stufenbau der Rechtsordnung und persönlicher Art – einbezieht, ist eine Ermessensfrage. Im ausgedrückten Wollen eines Menschen wird *sein sittlicher Maßstab der Rechtschaffenheit* erkennbar sein, und dieser ist relevant für die Selbst- und Fremdbeurteilung der Integrität.

Eine dritte Dimension der Integrität liegt in der „*Standhaftigkeit*“. Sie kann als Teil der Selbsttreue oder als eigene Kategorie gesehen werden. Hierbei geht es um die Frage, ob ein Mensch seinem Reden auch dann treu bleibt, wenn er auf die Probe gestellt oder wenn versucht wird, ihn durch mehr oder weniger großen Zwang zur Preisgabe seines Wollens zu bewegen. Standhaft ist ein Mensch dann, wenn er trotz äußerer und innerer Zwänge sich treu bleibt.<sup>165</sup>

Die Dimension der „*Reflexion*“ zielt auf die Stimmigkeit des ausgedrückten Wollens und – auf der Ebene der Authentizität – der Persönlichkeit. Hierbei geht es um ein „integriertes ethisch-existenzielles Selbstverständnis“, in dem die unter Umständen einander widersprechenden Überzeugungen und Vorstellungen zu einem *stimmigen Ganzen* zusammengeführt werden. Diese Integration kann der Mensch mittels Reflexion leisten.<sup>166</sup> Bei aller Widersprüchlichkeit und Beschädigung des Lebens vermag die lebensgeschichtliche Reflexion sowohl auf der Ebene des Ich als auch des Wollens zu einer Einheit zu führen, einen erkennbaren Zusammenhang, eine Integriertheit herzustellen.

Der Aspekt der „*Ganzheit*“ verlangt von einem integren Menschen, dass er die Übereinstimmung von Reden und Handeln insgesamt oder wenigstens überwiegend und nicht nur in einzelnen oder gar isolierten Maßnahmen verwirklicht. Integrität ist eine „Unversehrtheit“ der Person auch insofern, als keine oder nur sehr wenige Handlungen dem Wollen widersprechen dürfen; der Anspruch ist mithin, *insgesamt* integer zu sein.<sup>167</sup>

In konkreten Lebenssituationen kann der Fall eintreten, dass die nach außen transportierten ethischen Überzeugungen in Widerstreit zueinander stehen; hier sind *ethische Wertungen* nötig, um insgesamt integer zu bleiben. Ein Beispiel aus der Welt der Wirtschaft ist das Dilemma zwischen Gewinn- und Umweltzielen: Wenn etwa der Einbau von Filteranlagen zur Schadstoffreduktion das Gewinnziel konterkariert, entsteht die Frage der Lösung des Zielkonflikts. Kann man grün reden und gleichzeitig umweltschädlich handeln? Oder das Dilemma zwischen Individuum und Gruppe: Soll man im Interesse der – groß hinausposaunten – Informationsfreiheit eine Art Internetzensur für Hunderte Millionen Menschen ablehnen und damit einen großen Markt gefährden oder der vom Staat gewünschten Zensur zustimmen und damit als Unternehmen Millionengewinne erzielen? Der Eigennutz eines Unternehmens steht hier *gegen* ein Menschenrecht und das eigene Reden über die Informationsfreiheit.<sup>168</sup>

Oder die Dilemmata zwischen Wahrheit und Loyalität, zwischen kurz- und langfristigen Wirkungen und zwischen Gerechtigkeit und Gnade. Letzteres könnte z. B. folgende Situation betreffen: Der Trainer einer Sportmannschaft verkündet beim Training, wer nicht zum Training erscheint, darf beim Meisterschaftsspiel am Wochenende nicht mitspielen. Drei Spieler kommen nicht zum Training, gerade und nur sie geben allerdings eine gewisse Aussicht auf den Sieg. Lässt der Trainer diese Spieler der Gerechtigkeit wegen auf der Bank sitzen und

damit die Mannschaft verlieren? Oder lässt er Gnade walten und der Mannschaft die Aussicht auf den Sieg, womit er jedoch seine Glaubwürdigkeit einbüßen würde?<sup>169</sup>

In Dilemmata gibt es keine richtige Lösung, der einzelne Mensch hat über die ethische Konfliktsituation zu reflektieren und eine Rangfolge der Werte zu bilden. Hier hilft es, einen Schritt zurückzutreten, die Situation aus einer größeren Entfernung zu betrachten, um dann seine Entscheidung für das Reden und Tun zu treffen.

„Lug und Betrug in allen Lebenslagen“ heißt es heute vielfach, um das Geschehen in Gesellschaften zu beschreiben.<sup>170</sup> Von Bereicherung durch Verantwortungsträger in Unternehmen oder der staatlichen Verwaltung im Sinne von Korruption, von Betrug und Steuerhinterziehung, von Täuschung und Irreführung, vom Hinter- und Fremdgehen usw., von all diesen dunklen Machenschaften kann man heute in Medien lesen und hören. In einem solchen Umfeld – auch der Versuchungen – den eigenen Worten treu, also integer zu sein und zu bleiben, ist nicht einfach und zählt zu den großen Herausforderungen des Lebens.

Der Mensch kann zum Mond fliegen, er entschlüsselt verborgene Geheimnisse seiner DNA, er kann die Bahnen entfernter Planeten und Kometen berechnen, aber wie er sich treu, wie er rechtschaffen, wie er standhaft, wie er ganzheitlich integer wird und bleibt, mit dieser Herausforderung tut er sich viel schwerer. Die gute Absicht, die Theorie, das Reden reicht hierbei nicht, es zählt die damit übereinstimmende Tat des Einzelnen. Aufgeladene, blumige Worte etwa zur Kooperation zwischen Menschen, zur altruistischen Hilfe usw. sind schnell ausgesprochen; ob sie dem wahren Ich entsprechen, also authentisch sind, vermag nur der Redner selbst zu beurteilen, ob die Worte den Taten entsprechen, das ist nach außen hin sichtbar – und entscheidend. Das integre Handeln, auch das gelebte Vorbild ist der eigentliche Wert.<sup>171</sup>

Interessanterweise besteht das hebräische Wort für König „*melech*“ aus den Wortwurzeln „*mal*“ für „sprechen“ und „*lech*“ für „gehen“. Das Reden und das Tun, beides ist nötig. Das Sprechen und Versprechen, große Worte sind das Eine, das Gehen, das Handeln, das Halten dieser Worte ist das Andere. Ein „König“, ja *der edle Mensch soll sein Wort leben*. Doch wie kann der Mensch integer sein, wenn im Alltag unserer Gesellschaft nach Macht, Erfolg und Besitz gierig geschielt wird, wie soll der Mensch in all der gesellschaftlichen Falschheit sauber bleiben?<sup>172</sup>

Zentral auf dem Weg der Integrität ist die Einsicht, dass alles von einem selbst abhängt; die „entscheidende Entscheidung“ wäre jene, sich am eigenen Schopf aus dem Sumpf zu ziehen, formulierte hierzu *Martin Buber* (1878 bis 1965).<sup>173</sup> Selbstbeobachtung und Reflexion führen zum entscheidenden ersten Schritt nach einem Fehltritt, nämlich zum Eingestehen des Fehlers, also der Divergenz von Reden und Tun. Das Bekennen des Fehltritts vor sich selbst und ggf. vor anderen Menschen ist der entscheidende Schritt, um die Kluft zwischen Reden und Handeln zu schließen. Diese wiederzugewinnende Eigenschaft der Integrität ist ein menschliches Kapital, das kein Titel, kein Amt, kein Geld und kein anderer Besitz verleihen können. Ja, all dies kann dem Menschen genommen werden, nicht aber seine Integrität!

Integrität – im obigen Sinn – steht für die Harmonie von kund getanen ethischen Grundüberzeugungen und Selbstverpflichtungen einerseits und dem konkreten Tun, auch in Dilemmata, andererseits. Mithin ist diese Integrität eine auf den einzelnen Menschen bezoge-

ne Eigenschaft, die auf das wahre Ich, auf die individuelle Persönlichkeit rückgebunden ist. Zwar verlangt das Reden ein Gegenüber, einen Menschen, der diese Worte aufnimmt, einen Kommunikationspartner, doch der ausgedrückte Inhalt muss diesen Mitmenschen in seinem Dasein zumindest nicht direkt tangieren; es könnte sich dabei um Werte zum anderweitigen Umgang handeln, wie z. B. mit seinem Körper, mit Mitarbeitern in seinem Unternehmen, mit Steuerbehörden, mit Geschäftspartnern, ebenso mit Tieren oder mit der Natur. Das Reden eines Menschen kann das Gegenüber auch stärker einbinden, kann dessen Lebensvollzug vor allem durch das Versprechen betreffen, sich in einer bestimmten Art und Weise zu verhalten. Dieses Versprechen hat Bedeutung für den Lebensvollzug des Empfängers, das gilt im Großen wie im Kleinen: Das Versprechen von Amtsträgern in der Gesellschaft wie von Politikern oder von Managern oder das Versprechen im kleinen zwischenmenschlichen Umgang.<sup>174</sup>

Integrität im Kleinen wie im Großen soll an drei Erzählungen augenscheinlich werden, eine zu einer *Alltagsbegebenheit*, eine zum *Richteramt* und eine aus dem *Wirtschaftsleben*:

Über *Mahatma Gandhi* (1869 bis 1948; *Mohandas Karamchand Gandhi*), ein großer Lehrer der Integrität, gibt es die folgende – verkürzt dargestellte – Erzählung: Eine Mutter reist mit ihrem Sohn auf sehr mühsame Weise per Eisenbahn, Rikscha, Bus und zu Fuß zu *Gandhi*, um ihn zu bitten, ihrem Sohn zu sagen, er möge keinen Zucker mehr essen. Doch *Gandhi* schweigt, er schickt die beiden weg, sie mögen in zwei Wochen wieder kommen. Nach der beschwerlichen Heim- und neuerlichen Anreise bittet die Mutter *Gandhi* das zweite Mal um den obigen Gefallen. *Gandhi* kommt ihrem Wunsch nach. Verwundert frage ihn die Mutter, warum er angesichts ihrer strapaziösen Anreise das nicht schon vor zwei Wochen hätte sagen können. *Gandhis* verblüffende Antwort: „Vor zwei Wochen habe ich selbst Zucker gegessen.“<sup>175</sup>

Die Erzählung zum *Richteramt* stammt aus der Hebräischen Bibel des Judentums bzw. dem sog. Alten Testament des Christentums: Die Geschichte von *Juda*, einem Bruder des *Josef*, und seiner sehr schönen Schwiegertochter *Tamar* (Gen 38):<sup>176</sup> Nach damaligem Recht musste eine kinderlose Witwe den (noch nicht vermählten) Bruder des Verstorbenen heiraten. *Tamars* erster Mann verstarb, sie heiratete ihren Schwager *Onan*, der seinem Bruder keine Nachkommen verschaffen wollte.<sup>177</sup> Nach dessen Tod wäre der dritte Sohn *Schela* an der Reihe, doch *Juda* befürchtete einen Fluch und wendete ein, dieser sei noch zu jung, und so schickte *Juda Tamar* weg, sie möge warten. *Tamar* trug als zweifache und ausgestoßene Witwe ein schweres Schicksal, das sie allerdings in die Hand nahm und als Prostituierte ihren Körper mit verhülltem Kopf am Stadttor verkaufte. Nach seiner eigenen Trauerzeit suchte der Witwer *Juda* die Schönheiten am Stadttor auf. Auf die Frage, was er zu zahlen habe, verlangte die Dame eine Ziege, bis zur Übergabe möge er seinen Ring, sein Tuch und seinen Stab als Pfand geben. Ein später losgeschickter Freund konnte die Frau nicht mehr finden und die Ziege nicht übergeben. *Juda* wusste nicht, dass die geheimnisvolle Frau *Tamar* war. Nach drei Monaten zeigte sich ihre Schwangerschaft, *Juda* verurteilte sie als rechtmäßiger Richter wegen Hurerei zum Tod. Vor der Exekution schickte *Tamar* ihre Habseligkeiten, darunter auch der Ring, das Tuch und der Stab des *Juda*, der die beschämende Wahrheit nun erkannte. Öffentlich bekannte er seinen Irrtum ein: „Sie ist gerechter als ich.“ *Juda* hatte gegen seine Prinzipien, gegen sein eigenes Reden verstoßen, er sieht seinen Fehler ein und so kann er *Tamar* nicht verurteilen.<sup>178</sup>

Im *Wirtschaftsleben* finden sich unzählige Beispiele für Bilanzfälschung, Korruption und andere dunkle Machenschaften: So wurde im großen Stil „Firmenwert (Good Will)“ als immaterielles Vermögen in Bilanzen gezeigt, obwohl es realiter nichts wert war; so wurden Bestechungsgelder an Regierungsvertreter zentralasiatischer Staaten bezahlt, um lukrative Aufträge zu erhalten; so nahmen Einkäufer eines Automobilbauers von interessierten Zulieferern Geschenke wie Flugreisen, Hotelaufenthalte, Schmuck u. ä. als Bestechung an; so rieten Investmentbanker eines großen internationalen Instituts ihren Kunden zum Kauf von Wertpapieren und gleichzeitig spekulierten sie im Hintergrund gegen ihre eigenen Empfehlungen usw. usf. Die Beispiele für Integritätsmängel lassen sich nahezu unendlich fortsetzen. Ein älteres, bekanntes und sehr augenscheinliches Gegenbeispiel sei herausgehoben:

Ein Kosmetikkonzern hatte ein Babyöl im Sortiment, das sich schnell zu einer – um im Jargon der Ökonomen zu sprechen – wahren „Cash Cow“ entwickelte. Doch das Produkt war vornehmlich deshalb ein Verkaufsschlager, weil es die Konsumenten mehrheitlich als Sonnencreme einsetzten. In dieser Verwendungsrichtung war das Produkt allerdings – wegen der UV-Strahlung – hochgradig krebserregend, und das Unternehmen wusste darüber Bescheid. In den Leitlinien, im „Mission Statement“ des Unternehmens stand zu lesen, dass es zuallererst den Müttern und allen anderen Kunden verpflichtet wäre, die seine Produkte nutzen, es würde prioritär um die Erfüllung ihrer Bedürfnisse durch Erzeugnisse mit höchster Qualität gehen; soweit das Reden. Was sollten die Manager mit diesem Produkt nun tun? Es auf dem Markt lassen, weil die Verbraucher mit dem zweckentfremdeten Einsatz selbst Schuld tragen, damit Millionengewinne scheffeln und gleichzeitig die Glaubwürdigkeit und das Vertrauen aufs Spiel setzen, oder das Produkt vom Markt zurückziehen, damit gegen kurzfristige Gewinnziele und für die langfristige Glaubwürdigkeit und Integrität entscheiden? Die Manager handelten den Leitlinien entsprechend für die langfristige Reputation, blieben also integer.<sup>179</sup>

„Integrität“ ist – ebenso wie *Authentizität* – ein Mosaikstein im *Kunstwerk Leben*, die Übereinstimmung von Reden und Tun, von Wort und Tat, sie ist eine wichtige Voraussetzung für ein gelingendes, also richtiges Leben. Lebenskunst besteht auch darin, jedenfalls in der Innenperspektive und nach Möglichkeit auch in der Außenperspektive, integer zu sein.

## Der „böse und der gute Trieb“ und ihre Steuerung

**V**ernunft, Freiheit und die Fähigkeit zur Verantwortung gehören zum Wesen des Menschen. Die menschliche *Vernunft* kann zu der Erkenntnis führen, was für den einzelnen Menschen, was für Gemeinschaften von Menschen und was für die Welt „gut“, also dienlich, förderlich und damit „richtig“ ist. Gehen Menschen von göttlichen Offenbarungen aus, wie z. B. in der Hebräischen Bibel für „das“ Judentum, in der Bibel mit „Altem“ und „Neuem“ Testament für „das“ Christentum oder im Koran für „den“<sup>180</sup> Islam, so bedienen auch sie sich ihrer Vernunft, um zu erkennen, was Gott von ihnen fordert; die Offenbarungen setzen nur einen gewissen Rahmen, sie sind durch die unabhängige menschliche Vernunft stets zu begleiten. Offenbarungen und Vernunft gilt es in Gestalt von interpretatorischen Eingriffen zu verbinden (anderenfalls drohen unter Umständen dem Leben und der Welt nicht förderliche Fehlentwicklungen).<sup>181</sup>

Unabhängig davon, ob ein Mensch solche Offenbarungen für sich als relevant erachtet, dem vernunftbegabten Menschen sind *Reflexion und Diskurs* wesensimmanent. Der Mensch kann



und soll seine eigenen Interessen und diejenigen anderer Menschen (der aktuellen und nachfolgender Generationen) und die Erfordernisse der (Um-)Welt reflektieren, weder seine eigene Meinung absolut setzen noch diejenige Anderer als absolut akzeptieren und sich in Diskursgemeinschaften aktiv einbringen. So wird der einzelne Mensch und so werden Gemeinschaften von Menschen – bis zur Weltgemeinschaft – zu einer „Wahrheit“, zum „Guten“, zum „Richtigen“ in einem pluralen Sinn finden. Die vernunftgemäße Auseinandersetzung des und zwischen den Menschen ist dabei unverzichtbar, dazu gehören Respekt vor der Vielfalt an Meinungen, Achtsamkeit und Sorge für sich, für Andere und für die Welt, ferner ein steter Lernwille und ein hohes Maß an Dialogbereitschaft.<sup>182</sup>

Eine „kommunikative Vernunft“, wie sie *Jürgen Habermas* bezeichnet, ist die Grundlage für eine moderne Gesellschaft. Sie ist das zentrale Instrument, um sowohl Gewalt als auch Macht zu domestizieren. Ihm zufolge ist ein vernünftiges Zusammenleben so lange möglich, als die Menschen sich in den „herrschaftsfreien Diskurs der Kommunikationsgemeinschaft“ einbringen. Vorbildlich für die menschliche Kommunikation sei die „Kultur des besseren Arguments“.<sup>183</sup>

Aus der Perspektive der zum Wesen des Menschen gehörenden Vernunft ist sein Leben ein permanentes Ringen – nicht „Kampf“, da diesem Begriff eine starke Nähe zum Gegenteil von Respekt, Achtsamkeit und Sorge für den Anderen innewohnt, es ist ein stetes Bemühen um das Gute, um das Richtige. Das Innere des Menschen ist in einem ständigen Zustand der Unruhe, der Suche, der Herausforderung um das gute, das richtige Tun.

Es ist die „sittliche“, die „richtige“ Tat, auf die es letztlich ankommt. Die Gesinnung, die Einstellung, das Denken ist zweifellos die Grundlage der richtigen Tat. Doch diese Gesinnung ist von außen nicht beobachtbar, es ist die Tat, auf die es in der Außenperspektive ankommt. Aus dem Blickwinkel der eigenen Authentizität ist die Binnensichtweise zweifellos unverzichtbar; sie führt zu der Frage: „Rede (und handle) ich authentisch?“ Aus dem Blickwinkel der Wirkungen auf Andere und auf die Welt zählt allerdings ausschließlich das Tun des Einzelnen. Dementsprechend kann auch zwischen einer „Gesinnungsethik“ und einer „konsequentialistischen Ethik“ differenziert werden.<sup>184</sup>

Der Mensch steht im ständigen Widerstreit zwischen Gutem und Bösem, zwischen Falschem und Richtigem – aus seiner und aus der Perspektive anderer Menschen. Der Mensch hat die Möglichkeit zum Guten und Richtigen, er hat die Entscheidungsfreiheit, die *Freiheit der Wahl* zwischen Handlungsweisen, die unterschiedliche Wirkungen für ihn, für Andere und für die Welt auslösen. Mit Vernunft und Wahlfreiheit untrennbar verknüpft ist *Verantwortung*: Der Mensch kann vernunftgemäß zwischen Handlungsweisen frei wählen und er ist für sein verwirklichtes Tun und Lassen verantwortlich.

Die traditionsreiche Rede vom „*guten Trieb*“ und vom „*bösen Trieb*“ versinnbildlicht das breite Spektrum an Handlungsweisen, in dem der Mensch mit Vernunft und in Verantwortung frei wählen kann. Wirkliche Wahlfreiheit hat der Mensch nur dann, wenn er sich sowohl für das Gute als auch für das Böse entscheiden kann. Dem Menschen wohnen mithin zwei grundlegende Dispositionen inne, die unter den Sammelbegriffen des „bösen“ und des „guten Trieb“ subsumierbar sind. Im Hebräischen steht das Substantiv „*jetzer*“ für eine solche fundamentale Beschaffenheit und Entscheidung des Menschen:

- „jetzer ha-tow“ für den guten Trieb,
- „jetzer ha-ra“ für den bösen Trieb. Im Griechischen wird diese Disposition und Entscheidung mit „diabole“ im Sinne von „Verleumdung“ übersetzt, „diabolos“ steht für den „Verleumder“, aus dem schließlich die Bedeutung „Teufel“ wird.<sup>185</sup>

Dass zum Wesen des Menschen dieser „böse Trieb“ gehört, das zeigt die Menschheitsgeschichte, das ist täglich zu beobachten und schmerzlich erfahrbar. Aus theologischer Sicht wird diskutiert, ob denn eine Schöpfung, eine Welt für „sehr gut“ (Buch Genesis 1,31 der Bibel) befunden werden könne, zu der auch der böse Trieb zählt, also: „Kann etwas Böses für gut befunden werden?“ Die dortige Antwort lautet, dass *erstens* wirkliche Entscheidungsfreiheit für den Menschen nur dann bestehe, wenn er sich auch für das Böse entscheiden kann, und dass *zweitens* der böse Trieb nicht an sich schlecht sei, sondern es darauf ankomme, was der einzelne Mensch damit und daraus macht.<sup>186</sup> Und diese Argumentation kann auch eine außertheologische Betrachtung der unter dem Begriff „böser Trieb“ zusammengefassten Handlungsweisen annehmen.

Der „jetzer ha-ra“ vermag insofern für den Einzelnen und für Gemeinschaften von Menschen sowie für die außermenschliche Welt nützlich, gut oder richtig zu sein, als er zum Handeln antreiben, als er eine starke Motivation entfalten kann. „Gäbe es diesen Trieb nicht, würde niemand ein Haus bauen, heiraten, Kinder zeugen oder geschäftliche Interessen verfolgen.“<sup>187</sup> Ohne den „jetzer ha-ra“ würde sich der Mensch kaum anstrengen, erst die Aussicht auf ein besseres Leben, auf Einkommen und Besitz, auf Ansehen u. ä., also auf Belohnungen oder Gratifikationen im weitesten Sinn gibt ihm die Kraft zu handeln. Es ist sogar ein herausragendes Wesensmerkmal des Menschen, unter Gratifikationsaufschub agieren zu können: Zwischen der heutigen Anstrengung und der Gratifikation kann ein größerer Zeitraum liegen; nur dank dieser Disposition sind z. B. Mühen in einem Hochschulstudium oder Investitionen von Unternehmen verständlich.

Der böse Trieb des Menschen ist für die Entwicklung der Menschheit und der Welt nützlich, er ist aber derart wirkmächtig, dass er der Steuerung durch den Menschen und durch die menschliche Gemeinschaft bedarf: Reflexion und Kontrolle des bösen Trieb können ihn auch auf gute, auf für richtig erachtete Zielen lenken, wie z. B. auf die humanistischen Ideale der Achtsamkeit und der Sorge für sich, für Andere und für die Welt. Man kann auch von der Kontrolle des bösen Trieb durch ein „waches Inneres“ sprechen. Ein solches „waches Gewissen“ will gebildet und laufend weiterentwickelt werden, vor allem durch Reflexion, zu der das Studium von Texten, die Diskussion und auch das Gebet oder die Orientierung an religiösen „Wegweisungen“ für ein sinnvolles und verantwortungsbewusstes Handeln, wie z. B. am „Zehnwort“ („Dekalog“), gehören können.<sup>188</sup>

Die Herausforderung des einzelnen Menschen liegt darin, den bösen und den guten Trieb als wesensimmanente Größen anzunehmen und sie durch Reflexion, durch ein „waches Gewissen“ zu formen und zu einer Balance im Sinne humanistischer Vernunfthaltungen wie Achtsamkeit und Sorge für sich, für Andere und für die Welt zu bringen:

Reflexion („Gewissen“)  
guter Trieb, böser Trieb



Balance iSv Achtsamkeit und Sorge für  
sich, für Andere und für die Welt

Abbildung 2: Guter Trieb, böser Trieb

Das Gleichgewicht der bösen und guten Antriebskräfte und damit ihre Nutzung zum Guten, zum Richtigen stellen sich nicht von selbst ein, sondern sind eine ständige Herausforderung des und der Menschen. Die Balance der Antriebskräfte vermag zu „*Schalom*“ zu führen, zu einem guten, gelingenden, richtigen Leben des einzelnen und der gemeinschaftlich verbundenen Menschen auf dieser einen Welt.

Die Reflexion der bösen und guten Antriebskräfte durch einzelne Menschen kann zu unterschiedlichen Ergebnissen und damit auch zu einer unterschiedlichen ethischen Beurteilung von ein und denselben Handlungsweisen führen. Die schon Jahrhunderte, ja Jahrtausende währenden ethischen Überlegungen und Diskurse, auch unter Einbindung von Religionen, lassen grundlegende „*Maximen elementarer Menschlichkeit*“ erkennen. Als Basisregeln der Humanität können gelten:

- „Jeder Mensch muss menschlich behandelt werden!“ und
- „Was du nicht willst, das man dir tut, das füg auch keinem anderen zu!“, die auch als „Goldene Regel“ bekannt ist.<sup>189</sup>

Sowohl die *Maxime der menschlichen Behandlung* als auch die *Goldene Regel* führen letztlich zu einem Wohlwollen, zu Achtsamkeit und Sorge des einzelnen Menschen für sich, für seine Mitmenschen und für die Welt. Handlungen an diesem Grundethos zu messen, das bedeutet, böse und gute Triebe zielorientiert zu formen und auf ein gutes, ein richtiges Leben hin zu verwirklichen.

Konkrete Inhalte von derartigen grundsätzlichen Wegweisungen, von weltweiten ethischen Prinzipien bietet etwa die „*Erklärung zum Weltethos*“ der Weltreligionen. Darin geht es um:<sup>190</sup>

- eine *Kultur der Gewaltlosigkeit und Ehrfurcht vor dem Leben*, die etwa das Verbot der Tötung, der Folter, der Quälerei oder der Verletzung enthält;
- eine *Kultur der Solidarität und gerechten Wirtschaftsordnung*, in der es um gesellschaftlichen Beistand und um die zahlreichen Aspekte wirtschaftlicher Gerechtigkeit geht, von einer Chancen- bis zur Verteilungsgerechtigkeit;
- eine *Kultur der Toleranz und ein Leben in Wahrhaftigkeit*, wo es auf Wertschätzung und Anerkennung, auf Authentizität und Integrität ankommt;
- eine *Kultur der Gleichberechtigung und die Partnerschaft von Mann und Frau*, die Wertschätzung, Wohlwollen und Liebe vor allem zwischen Mann und Frau anstreben.

Religionen bieten zwar ein hohes Streit-, aber ebenso ein hohes Friedenspotenzial, indem sie auf mehreren Ebenen zu *Frieden* führen: zur inneren Stimmigkeit eines einzelnen Menschen, zu einem liebenden Umgang der Menschen miteinander, zu einer achtsamen Behandlung der nicht-menschlichen Umwelt und zur Vermeidung von Kriegen zwischen Völkern und Staaten. Mit dem Fokus auf die ähnlichen Antworten in den Religionen auf Grundfragen des Menschen soll keine einheitliche Weltkultur oder gar *eine* Weltreligion geschaffen werden, es geht beim Weltethos lediglich um das gemeinsame Basisethos, um „*non-negotiable standards*“ in der Menschheit, um zentrale Regeln der Humanität, die eine Steuerung böser und guter Antriebskräfte des Menschen und auch eine Allianz von Glaubenden und Nichtglaubenden möglich machen sollen.<sup>191</sup>

Die bösen und die guten Antriebskräfte lösen im Menschen unterschiedlichste Emotionen aus. Eine in modernen Gesellschaften omnipräsente und sowohl „falsche“ als auch unter

Umständen „richtige“ Momente enthaltende Emotion ist jene des Neids. Sie soll im folgenden Abschnitt beleuchtet werden.

## Zum Neid: seine Zerstörungskraft und seine Überwindung

**A**llgegenwärtig erscheint der Neid in der heutigen Gesellschaft, in allen Gruppen (von Menschen oder Personen; zwischen „Mensch“ und „Person“ – mit bewusstem Ich – soll hier nicht differenziert werden). In praktisch allen sozialen Kontexten entfaltet er seine zerstörerische Kraft: in Partnerschaften, in Familien, in Bildungseinrichtungen, in Unternehmen, in Vereinen, in Religionsgemeinschaften, in Gebietskörperschaften und letztlich in der Weltgesellschaft. Keine soziale Gruppe scheint von ihm verschont zu sein. Das einzige Eigentum des Menschen, das keinen Neid auf sich zieht, scheint der Schmerz zu sein.<sup>192</sup>

Beim Phänomen des Neides geht es *erstens* um eine *Beziehung* zwischen einem neidenden und einem oder mehreren beneideten Menschen und *zweitens* um *Objekte* materieller und immaterieller Art, die den Gegenstand des Neides darstellen. Die Wesensmerkmale des Neides sind vielschichtig und von ähnlichen Emotionen zum Teil schwierig abzugrenzen.

Hat der neidende Mensch den Wunsch, jene Objekte zu erlangen, um die er die beneidete Person beneidet, so liegt ein sog. „*konstruktiver Neid*“ vor; konstruktiv ist ein solches Ansinnen deshalb, weil es aus Lethargie herausführt und zu Aktivität, zu zielorientierten Handlungen anregt und mitunter auch antreibt. Hat der neidende Mensch den Wunsch, dass die beneidete Person die Objekte des Neides verliert und/oder dass die beneidete Person *Schaden* anderer Art nimmt, so liegt ein sog. „*destruktiver Neid*“ vor, der auch als „*Missgunst*“ gilt. Eine weitere in der Öffentlichkeit präsenste Dimension des Neides zielt auf die Frage, ob der Wunsch des Neidenden auf Objekte des Beneideten für *gerechtfertigt* erachtet wird.

In der Philosophie, Psychologie und Soziologie wird Neid von ähnlichen Gefühlen in detaillierter Weise abgegrenzt, wie z. B. vom Gefühl der Minderwertigkeit, der Ungerechtigkeit, vom Hochmut, von der Rivalität, der Eifersucht, der Rache und Schadenfreude, vom Groll und von der Verachtung, vom Ressentiment und vom Hass.<sup>193</sup>

So wie anderen Selbstwertgefühlen liegt auch dem Neid ein *sozialer Vergleich* zugrunde. Die Gefühle des Neides und der *Minderwertigkeit* liegen deshalb eng beieinander, weil in beiden Fällen der eigene Wert als niedriger erachtet wird. Die Reaktionen auf diese Feststellung sind allerdings unterschiedlich:<sup>194</sup>

- Das Gefühl der Minderwertigkeit kann positive und negative Antworten auslösen; so kann es zu Bewunderung des Anderen, zu Scham ihm gegenüber, zu Traurigkeit, zu einer zähneknirschenden Resignation, zu einer Akzeptanz, aber auch zu einer Übertreibung der eigenen Talente im Sinne einer Verteidigung oder zur Motivation führen, an diesem Defizit zu arbeiten und sich zu verbessern.
- Das Gefühl des Neides kennzeichnet eine ablehnende Haltung des Neiders gegenüber dem Beneideten. Die neidende Person empfindet den Umstand, dass die beneidete Person über das Objekt verfügt, das sie selbst gerne hätte, als Bedrohung ihres Besitzes, ihres Status oder auch ihrer gesamten Existenz.

Das Gefühl der *Ungerechtigkeit* ist ein weiteres Selbstwertgefühl: Eine Person sieht ihren Wert nicht unter dem Wert einer anderen liegend, sondern sie fühlt sich durch eine andere

Person in ihren Eigenschaften, in ihren Bemühungen usw. nicht gerecht eingeschätzt oder sie vermag etwas allein wegen ihrer anderen, für ungerecht erachteten Ausgangsbedingungen nicht zu erreichen.

Das Gefühl, ungerecht eingeschätzt zu werden oder allein wegen anderer äußerer Umstände etwas nicht erreichen zu können, kann die betreffende Person herausfordern und zu Anstrengungen motivieren, diese Situation zu überwinden. Das kann erstens das Bemühen um bestimmte Objekte bedeuten; manche kennzeichnen diese Situation auch als „konstruktiven Neid“. Das kann zweitens auch das Bemühen um die Änderung gesellschaftlicher Umstände sein; gerade emanzipatorischen Bewegungen wie der Arbeiter- oder Frauenbewegung ging und geht es um die Änderung von Ausgangsbedingungen, um die Aufhebung von Ungerechtigkeit. Dieses Ansinnen mit „Neid“ zu kennzeichnen, mag zwar rein begrifflich möglich sein, allerdings wird dem Bemühen so die Konnotation des Nicht-gerechtfertigt-Seins angehängt, es wird als „destruktiver Neid“, als verwerflich, als illegitim verunglimpft, auch deshalb, um einen sachlichen Diskurs zum Problem von vorneherein auszuschließen. Damit wird die Bezeichnung „Neid“ zum gesellschaftlichen Kampfbegriff, der dem Ansinnen der – vermeintlich – Benachteiligten durch Nutznießer des Systems umgehängt wird.<sup>195</sup>

Die universell einsetzbare Waffe „Das ist ja nur Neid“, „Du bist ja nur neidisch!“ u. ä. entfaltet eine sehr große Zerstörungskraft. Sie wird in politischen Debatten häufig vorgebracht, wie etwa zur sozialen Gerechtigkeit im Generellen, zur ungleichen Verteilung von Bildungschancen oder von Vermögen und Einkommen, zur Umverteilung mittels (progressiver) Erbschafts-, Vermögens-, Einkommen- und anderer Steuern im Besonderen, oder auch in zivilen Erbschaftsverfahren, bei privaten Schenkungen oder im Kontext eines „begünstigenden Schicksals“. Wer ein Pensions-, Steuer-, Bildungs- oder anderes System reformieren will, sieht sich schnell dem Vorwurf des Neides ausgeliefert. „Neid“ wird geschrien, um sich sachliche Diskurse zu ersparen und sich gegen Kritik zu immunisieren:

- Sind verarmte Arbeiter und ihre Familien bloß neidisch auf die Villen, die üppigen Speisen und Feste, auf die aufwendige Kleidung usw. des Adels und des Bürgertums?
- Sind Frauen bloß neidisch auf die guten Gehälter, auf die Karrieren, auf das Wahlrecht, das Geld und die Macht von Männern?
- Sind Farbige bloß neidisch auf die Weißen vorbehaltenen Plätze in Bussen, in Ämtern, in Unternehmen, in Universitäten?

Die Beispiele zeigen, wie perfide der Vorwurf des Neides in politischen Diskursen sein kann.<sup>196</sup>

Im Gefühl des Neides ist die neidende Person stark auf sich selbst konzentriert. Das ist der Mensch auch im Gefühl des *Hochmuts*. Dem neidenden Menschen geht es um ein Objekt, über das auch er gerne verfügen würde, er fühlt sich in Bezug auf Güter unterschiedlichster Art der beneideten Person gegenüber arg benachteiligt. Die beneidete Person nimmt er nur über diese Benachteiligung wahr, ihr stünde das Objekt des Neids gar nicht zu, und darin kann eine Art geistiger Hochmut erkannt werden. Der zentrale Unterschied zwischen Neid und Hochmut liegt allerdings darin, dass der Neider den Wert des Neidobjekts und des Beneideten wahrnimmt und anerkennt, während der Hochmütige den Wert des Anderen nicht erkennt, ihn gar abwertet, um sich selbst – vermeintlich – zu erhöhen.<sup>197</sup>

Neid und *Rivalität* können auf dasselbe Objekt gerichtet sein. Rivalen wollen dasselbe erreichen, also etwas, das sie noch nicht haben, während der Neider etwas erreichen will, das

eine andere Person schon hat; der Beneidete kann insofern kein Rivale sein. Einen Sonderfall stellt die Neid-Rivalität dar: Ältere, etablierte Menschen machen die Bemühungen und Erfolge Jüngerer deshalb zunichte, weil sie fürchten, eines Tages von ihnen überflügelt zu werden.<sup>198</sup>

Neid und *Eifersucht* ähneln einander, die Richtung der Aufmerksamkeit und der Vergleichspunkt sind allerdings unterschiedlich: Der Neider (1) richtet seine Aufmerksamkeit auf die Person, die das Gewünschte besitzt, und (2) sein Vergleichspunkt ist ebenso jene Person, die etwas besitzt, das er (noch) nicht hat und besitzen will. Der Eifersüchtige ist (1) fixiert auf die Person, die er „besitzen“ will, und (2) sein Vergleichspunkt ist diejenige oder sind diejenigen Personen, die als Rivalen in Erscheinung treten könnten.<sup>199</sup>

Vom Neid ist es ein kurzer Weg zur *Rache*: Die neidende Person will mit dem Akt der Rache eine verletzte Ordnung wiederherstellen. Diese Intention des Zerstörens wohnt dem Neid sehr stark inne, sie kann neben der Rache auch andere Formen annehmen. *Schadenfreude* ist in diesem Kontext zu nennen: Die neidende Person empfindet Freude darüber, dass der beneideten Person etwas Schlechtes zustößt, das der Neider allerdings nicht – wie bei der Rache – selbst initiiert hat.<sup>200</sup>

Das Gefühl des Neides enthält einen Blick *nach oben*, der Neider blickt auf, und zwar auf diejenige Person, die über das Wertvolle, über das Objekt des Neids verfügt. Beim Gefühl des *Grolls* und der *Verachtung* geht dagegen der Blick *nach unten*. Die Aufmerksamkeit ist auf Mängel des Anderen gerichtet, diese Fehler will die grollende und verachtende Person nicht übernehmen, vielmehr wird die Zielperson ihrer Fehler wegen abgewertet. Zum Neid können Groll und Verachtung hinzutreten, wenn der Neider den Wert der beneideten Person wegen wahrgenommener Eigenschaften schmälert, um über den Nichtbesitz des Neidobjekts leichter hinwegzukommen.<sup>201</sup>

Neid kann in *Ressentiments* der beneideten Person gegenüber münden. Die Werte der beneideten Person werden nicht mehr als wertvoll empfunden; der Ausspruch „Er/sie ist doch nicht so gut!“ spiegelt diese Wertverschiebung wider. In der Fabel vom Fuchs und den Weintrauben – des griechischen Fabeldichters *Äsop* (6. Jahrhundert v.Chr./v.d.Z.) – wird dieses Phänomen des Schönredens wunderbar beschrieben: Der Fuchs zeigt sich den Weintrauben gegenüber verächtlich, die er nicht erreichen kann.

*Hass* kann zum Bestandteil des Neides werden, er ist eine vernichtende Intention gegenüber der beneideten Person. Ein zentraler Unterschied zwischen Hass und Neid besteht allerdings: Während der Hassende tatsächlich glaubt, das Gehasste sei schlecht oder böse, hat der Neidende das (geheime) Bewusstsein, dass die beneidete Person etwas Wertvolles ist oder hat; sobald dieses geheime Bewusstsein zum Wert des Anderen vollends schwindet, wird der Neid zum Hass; ein Zwischengebilde stellt der Neid-Hass dar.<sup>202</sup>

Inhaltlich kann man resümierend feststellen, dass Neid

- kein elementares Gefühl, sondern ein Gefühlsgebilde darstellt,
- stets eine Einschätzung der eigenen Person enthält,
- stets im Vergleich mit einem oder mehreren anderen Menschen entsteht, deren Situation als ähnlich beurteilt wird,

- das Gefühl der Benachteiligung gegenüber diesem oder diesen Mitmenschen bedeutet,
- mit der aktuellen Unfähigkeit einhergeht, diese Lage zu verändern.<sup>203</sup>

Das Gefühl des Neids kann eine leibliche Betroffenheit auslösen, nicht zuletzt spricht man von „*eisigen Flammen*“, was eine Mischung sensorischer Empfindungen ausdrücken soll. Neid geht mit einer Intention der Beschädigung oder Vernichtung einher, die sich sowohl auf die beneidete Person als auch auf das beneidete Objekt richten kann; deshalb hat Neid eine (sehr) starke Antriebsfunktion. Neid kann auch eine positive motivatorische Wirkung in der Gestalt entfalten, als die beneidende Person sich anstrengt, ebenfalls in den Besitz des Neidobjekts zu kommen, ohne die beneidete Person oder das Neidobjekt zu zerstören.<sup>204</sup>

Im Hinblick auf die Steuerung des Neidgefühls und auf seine Integration in die Lebenskunst erscheinen uns zwei Fragen zentral: „Warum entsteht Neid?“ und „Auf wen richtet sich Neid?“

Die Frage, *warum* Menschen häufig beneiden, führt zu der tiefer liegenden Frage nach dem eigenen Sein, nach der eigenen Identität. Eine Selbstreflexion mit den Fragen „Wer bin ich?“ und „Wer will ich sein?“ und die Unsicherheit bei der Antwort darauf, eine solche Daseinsunsicherheit kann – muss allerdings nicht – zu Neid führen. Die Selbstreflexion offenbart in der Regel eine Kluft zwischen dem aktuellen und dem idealen Ich, die es zu überwinden gilt. Die Fragen nach dem eigenen Sein kann der Mensch nicht für sich allein, nicht isoliert beantworten, das Selbst muss stets im sozialen Kontext, also auf der Grundlage menschlicher Interaktionen gefunden werden. Dabei spielt auch eine Rolle, wie andere Menschen einen einschätzen. Es ist die Referenzgruppe, mit der sich der Mensch beim Finden und Weiterentwickeln seiner Identität vergleicht. Und auch das Gefühl des Neids entsteht nicht gegenüber „Fremden“, sondern gegenüber Menschen der Referenzgruppe, also unter Geschwistern, unter Partnern, unter Bekannten, unter Arbeitskollegen, unter Sportsfreunden usw.; insofern setzt Neid eine gewisse Art von Verbundenheit zwischen neidender und beneideter Person voraus.<sup>205</sup>

Potenzielle Zielobjekte des Neids sind alle Mitglieder der Referenzgruppe. Da jeder Mensch sein Leben in unterschiedlichen Kontexten verbringt, besteht für ihn nicht nur eine einzige, sondern ist stets eine Mehrzahl an Referenzgruppen für seine Identität relevant. Diese Gruppenzugehörigkeiten wechseln im Laufe eines Lebens; ferner sind sie zumindest teilweise auch Ergebnis einer bewussten Entscheidung und damit Gegenstand von Lebenskunst. In einer Selbstreflexion wird sich der Mensch fragen, welchen Gruppen er angehören möchte, ob das eigene Ich zur Identität von Gruppenmitgliedern passt, ob das eigene Selbst und die Kultur von Gruppen harmonieren usw.

Stellt eine Person bei einem sozialen Vergleich in einer Referenzgruppe fest, dass andere Personen an ihr ideales Ich näher kommen als sie selbst, dass also eine relative Minderwertigkeit vorliegt, so kann sie darauf unterschiedlich reagieren: Diese Person kann den Unterschied anerkennen, sie kann die Anderen zum Vorbild nehmen und daraus eine Motivation schöpfen, sich weiterzuentwickeln, sich anzustrengen usw. Sie kann aber auch resignieren, die Lage für unveränderbar erachten, sich zurückziehen und eben auch die negative Emotion des Neides entwickeln, vornehmlich dann, wenn diese Situation für unveränderbar und als Belastung empfunden wird. Zentral für den Neid ist weniger das Objekt des Neides, zentrale

Gründe sind vielmehr die gefühlte Minderwertigkeit in Bezug auf Mitglieder der Referenzgruppe(n) und die empfundene Unfähigkeit der Überwindung dieser Kluft.<sup>206</sup>

Der Neid ist stets auf eine andere Person gerichtet, mit der sich die neidende Person vergleicht. Daher ist der Neid ein *soziales Gefühl*: Die neidende Person will mit dem Beneideten förmlich die Plätze tauschen, d. h. der Beneidete soll nicht besser als die neidende Person sein, er soll auf ihre Ebene zurückfallen, sie will letztlich über dem Beneideten stehen; deshalb wird auch vom „*neighborhood envy*“ gesprochen. Die neidende Person erkennt etwas Gutes in der beneideten Person, doch dieses Gute besitzt nicht auch die neidende Person. Wegen der Unfähigkeit, dieses Gute auch selbst zu erreichen, erträgt sie diese Situation – das Gute im Besitz des Anderen – nicht und wünscht, den Besitzer zu „vernichten“ und an die Stelle des Besitzenden zu treten. Dieser Schluss vom Guten im Besitz des Anderen zum Wunsch der Zerstörung und des Stellentausches ist das Abstoßende am Neid.<sup>207</sup>

Was kann das Gute im Besitz des Anderen, also das *Objekt des Neides* alles sein? *Erstens* kann es um *materielle Güter* wie Geld, Haus, Auto, Kleidung, Schmuck u. ä. gehen. Die Kluft zum Beneideten würde nur dann wegfallen, wenn auch die neidende Person in den Besitz dieser Güter gelangte, oder indem sie ihre Werteskala umbaut. *Zweitens* kann es um *Eigenschaften* der beneideten Person gehen, wie z. B. um eine intellektuelle, künstlerische oder sportliche Begabung. Die Überwindung der Kluft zum Beneideten würde erfordern, dass die neidende Person ebenfalls in den Besitz dieser geneideten Eigenschaft gelangt oder – und darin liegt ein realistischer Weg aus dem fatalen Neid – dass sie andere wertvolle Eigenschaften an sich selbst entdeckt und in der beneideten Person nicht nur einzelne positive, sondern das gesamte Bündel an Eigenschaften – und damit auch an schlechten – erkennt; das Idealbild wird also umgebaut. *Drittens* kann Neid auf *Beziehungen* der beneideten Person zu anderen Menschen gerichtet sein. Hier könnte die neidende Person durch den Aufbau eigener Beziehungen zu diesen oder anderen Menschen aus dem Neid finden. Realiter kann eine solche Situation des Neides mit dem Wunsch des Neidenden einhergehen, die Beziehungen des Beneideten kaputt zu machen und diese Menschen für sich zu gewinnen. *Viertens* kann Neid auf eine bestimmte *Lebenssituation* gerichtet sein, in der sich die beneidete Person befindet; dabei geht es z. B. um das Ansehen, um die Berühmtheit u. ä. Wege aus dem Neid könnten in Anstrengungen der neidenden Person liegen, ebenfalls angesehen oder berühmt zu werden, oder aber, um sich Anstrengungen zu ersparen oder wegen der erkannnten Unmöglichkeit, die beneidete Person aus der beneideten Lebenslage zu stoßen, ihr Ansehen, ihre Berühmtheit zu zerstören.<sup>208</sup>

*Fünftens* kann Neid auf die *gesamte Existenz* der beneideten Person gerichtet sein: Dieser Existenzneid oder ontologische Neid betrifft das Sein und das Wesen, also die Existenz und die Identität eines anderen Menschen. Allein schon der Umstand, dass der Andere ist, seine Existenz wird als Belastung empfunden, und dazu kommt seine für gut, für großartig erachtete gesamte Identität, die der neidenden Person als de facto unerreichbar erscheint. Gerade beim Existenzneid ist das Bewusstsein der Ohnmacht, die Kluft schließen zu können, deutlich ausgeprägt. Die neidende Person will nicht bloß in Bezug auf einzelne Güter oder Eigenschaften, sondern mit der gesamten Existenz der beneideten Person tauschen. Das Leben der neidenden Person ist nur noch auf jenes des beneideten Menschen fokussiert, sie führt ein „ex-zentriertes“ Leben, ein Leben, dessen Zentrum das Leben einer anderen Person ist. Das schafft eine hochgradige Abhängigkeit, in der sich die neidende Person sehnlichst wünscht, dass der beneidete Mensch (wenigstens) an sie denkt. Der Existenzneid kann dann eine star-



ke Hasskomponente auslösen, wenn eine schmerzliche Belastung empfunden, das eigene Leben durch die Existenz der beneideten Person als ruiniert interpretiert wird und durch sie jede Chance kaputt gemacht sieht, deren Leben zu erreichen; letztlich trägt die beneidete Person die ganze Schuld am eigenen – schlechten oder falschen – Leben, die neidende Person sieht sich dieser Person ausgeliefert, sie übernimmt keine Selbst-, sondern ist von einer völligen Fremdverantwortung für ihr Leben überzeugt. Da die neidende Person sich im dunklen Schatten des beneideten Menschen sieht, wünscht sie sein Verschwinden. Sie ist zwar mit dem Beneideten emotional stark verbunden, indem sie ihn für klug, für gebildet, für schön, für gut usw. erachtet, gleichzeitig hasst sie ihn. Letztlich findet die neidende Person den Sinn ihres Lebens in diesem Angewiesen-Sein auf die beneidete Person.<sup>209</sup>

Beim Existenzneid sieht die neidende Person in der Existenz der beneideten Person das Idealbild des Lebens; insofern wird der Beneidete Teil des eigenen Ich. Grundlage hierfür ist, dass die neidende Person ein schlechtes Bild von sich selbst und ihres eigenen Lebens zeichnet. Der beneidete Mensch wird omnipräsent, was unter Umständen dazu führt, dass er sich von der neidenden Person verfolgt fühlt. Sie will den beneideten Menschen fertig machen, sieht aber in der Regel nicht den (Lösungs-)Weg, einfach auf sich selbst zu schauen, Achtsamkeit und Sorge für sich selbst zu entwickeln.<sup>210</sup>

Das Gefühl des Neides ist im Allgemeinen eine unangenehme und zerstörerische Erfahrung, die neidende Person versucht es in der Regel loszuwerden, sie wird Mechanismen oder *Strategien* entwickeln, damit diese störende Kraft nachlässt oder überhaupt zu wirken aufhört (*Neidbewältigung*).

Eine *erste* Strategie der Neidbewältigung ist auf die „Zerstörung“ der Person des Beneideten gerichtet. Die radikalste Ausprägung bestünde im Tod der beneideten Person, doch dazu wird es in der Regel und beim Existenzneid im Besonderen deshalb nicht kommen, weil die neidende Person ohne den Beneideten selbst nicht weiter existieren könnte. Eine abgeschwächte Variante liegt in der *Beschädigung* des Rufes, indem die neidende Person über den Beneideten lästert, kompromittierende Geschichten und auch Lügen verbreitet. Weitere Strategien liegen darin, dass die neidende Person dem Beneideten das Objekt des Neides kaputt macht oder an dem Beneideten Rache übt.<sup>211</sup>

Eine *zweite* Strategie setzt an der „Beurteilung“ durch die neidende Person an. Sie kann den Wert des Neidobjektes oder der beneideten Person überdenken und zu der Überzeugung gelangen, dass das Gut oder der Beneidete doch nicht so wertvoll sei. Sie bewertet in dem Sinne neu, als dem Objekt oder der beneideten Person ein niedrigerer Wert beigemessen wird, so dass keine erstrebenswerte Größe mehr vorliegt. „Die Trauben sind unreif“, sagt sich der Fuchs in der Fabel, um das Unerreichbare für ihn nicht mehr so attraktiv erscheinen zu lassen. Die Neubewertung durch die neidende Person kann zu Ressentiments gegenüber dem Beneideten führen.<sup>212</sup>

Eine *dritte* Strategie liegt für die neidende Person in der Arbeit an sich selbst und der Weiterentwicklung („*Selbsterziehung*“). Sie kann die Kluft akzeptieren, sich ihrer eigenen Fähigkeiten, Stärken und Möglichkeiten bewusst werden und sich zu Handlungen motivieren, um – zumindest teilweise – in den Besitz des geneideten Objekts zu gelangen. Dieses Vorgehen kann die neidende Person von ihrem Neid befreien, denn der Referenzpunkt ihres Lebens liegt nun nicht mehr im Leben eines anderen Menschen, sondern im eigenen.<sup>213</sup> Neid in die-

ser Form zu verarbeiten, bedeutet, ihn als Ansporn zu nehmen, sich von den Fesseln der Orientierung an anderen Menschen zu befreien, seine eigene Identität zu suchen und zu entwickeln, im eigenen Leben Kostbares zu finden.

Bleibt die neidende Person allerdings auf den Beneideten fixiert, weil sie z. B. an die eigene Fähigkeit, die Kluft wenigstens teilweise zu überwinden, nicht wirklich glaubt, dann wirkt Neid letztlich lähmend und kann zu einer Selbstentwertung führen. Der Neider sieht die unüberwindbare Überlegenheit der beneideten Person und devaluiert sich. Dieser Weg mündet in die Resignation, anderenfalls in ein verstärktes Neidgefühl.<sup>214</sup>

Eine *vierte* Strategie liegt in der „*Nachahmung*“: Die neidende Person versucht, wie der Beneidete – in Bezug auf das Neidobjekt – zu werden. Sie bleibt auf ein anderes Leben fixiert, angesichts der schwer überwindbaren Kluft wird sie mit der Strategie der Imitation in der Regel scheitern.<sup>215</sup>

Eine *fünfte* Strategie besteht in der „*Suche eines anderen Vergleichspunktes*“. Die neidende Person sucht andere Referenzgruppen und damit andere Menschen für Vergleiche; sie setzt die Möglichkeit der Relativierung um. Vornehmlich solche Menschen sucht sie, zu denen die Kluft in Bezug auf das Neidobjekt kleiner ist oder von denen sie erwartet oder weiß, dass sie sich in einer schlechteren Lage befinden. So kann auch ein Mensch mit überschaubarem Einkommen oder einem durchschnittlichen Automobil mit seiner Situation Frieden schließen und Neidgefühle gegenüber Besserverdienenden oder Vermögenderen abbauen. Falls die neidende Person allerdings insgeheim um den ursprünglich Beneideten zentriert bleibt, scheitert dieser Weg aus dem Neid.<sup>216</sup>

Die Radikalversion dieses Vorgehens liegt im Weg der Frömmigkeit, d. h. darin, sich aller Vergleichspunkte zu entledigen. Das eigene Leben soll nicht mehr an Menschen von Referenzgruppen ausgerichtet, sondern auf die eigene Identität oder auf eine transzendente Größe, auf (einen) Gott hin orientiert werden. Soziale Vergleiche verschwinden damit weitestgehend aus dem Leben und es ist kein Platz mehr für Neid.<sup>217</sup>

Weitere Strategien fokussieren auf die Neugestaltung des Verhältnisses zur beneideten Person. Eine *sechste* Strategie liegt in der „*Distanzierung*“ vom Beneideten: Der Neidende reduziert die Zahl der Besuche, er geht dem Beneideten aus dem Weg u. ä. Eine *siebente* Strategie liegt in der „*Versöhnung*“ mit der beneideten Person. Der Daseinsunterschied verliert an Bedeutung, er wird aufgehoben und die neidende Person nimmt am Leben und am Guten des ursprünglich beneideten Menschen teil. Diese Versöhnung kann eine vorgespielte sein, aber auch eine echte Verbindung ohne Neidgefühl entstehen lassen.

Mit der Versöhnung ist der Anfang der *achten* Strategie der Neidbewältigung gesetzt, die Strategie „*Zuneigung, Wohlwollen, Freundschaft und Liebe*“. Der neidenden Person erscheint der Beneidete – zumindest in Bezug auf das Neidobjekt – als das ideale Ich. Diese Idealisierung bietet die Möglichkeit, von der negativen Emotion Neid loszukommen und sie in positive Emotionen umzuwandeln.<sup>218</sup>

Solche positiven Beziehungen weisen die *Dimensionen* das eigene Ich, andere Menschen und die Welt auf, sie können auch als *Achtsamkeit und Sorge* für sich, für Andere und für die Welt umschrieben werden. Alle drei Dimensionen gehören zu einer Lebenskunst, sind Teil

eines umfassend verstandenen Friedens („*Schalom*“), und diese liegen nicht von selbst vor, sondern bedürfen des Zutuns und vielfach der Arbeit des Einzelnen:

*Liebe zu sich selbst* setzt voraus, sich liebenswert für Andere zu machen und sich selbst so zu finden, also durch Arbeit an der eigenen Identität, an der eigenen Authentizität und Integrität sich derart weiterzuentwickeln, dass man liebenswert wird. Ein schlechtes Bild von sich selbst, sich gar abstoßend zu finden, das kann leicht zu einer sich selbst erfüllenden Prophezeiung werden und man sieht dieses Negative auch durch Andere bestätigt. Das eigene (vorläufige) Ich zu akzeptieren, die Polarität des eigenen Lebens anzunehmen, sich seiner Talente und Fähigkeiten bewusst zu werden, das alles gehört zu einem positiven Selbstbild, zu einem Ich, mit dem man für andere liebenswert erscheint.

Der Mensch ist ein soziales Wesen, ohne Beziehungen und Liebe zu anderen Menschen kann er nicht leben. In der Begegnung mit Anderen liegt ein wesentliches Element der menschlichen Existenz. Solche Beziehungen sind gegenseitig: „Mein Du wirkt an mir, wie ich an ihm wirke“, formuliert *Martin Buber* sein „Ich-Du-Prinzip“. <sup>219</sup> Negative Erfahrungen, also Enttäuschungen, können dazu führen, nicht mehr das Risiko dieser Liebe einzugehen. Eine der schlimmsten Erfahrungen des Menschen ist es wohl, nicht angenommen zu werden. Doch das wirklich Schlimmste im Leben ist nicht, nicht geliebt zu werden, sondern selbst nicht lieben zu können! <sup>220</sup>

Diese acht Strategien des Umgangs mit Neid gegenüber Anderen bieten allerdings keine Garantie auf das Verschwinden dieser Emotion. Bleibt der Neid bestehen, so wird er zur „Daseinsbestimmung“, zum „Schicksal“, also zum beständigen Teil des Ich, der Persönlichkeit. Dieser Neid nimmt gefangen und letztlich würde der Neidende ohne den Neid gar nicht mehr wissen, wer er ist. Neid stellt hier eine emotionale Grundhaltung dar. Die Gefahr ist groß, dass die neidende Person in einen *circulus vitiosus* gerät: Sie ist ex-zentriert, also auf eine andere Person fokussiert, führt insofern kein eigenes, selbstbestimmtes Leben, sieht sich nicht als wertvoll und wird taub für aktive Liebe und die Zuneigung anderer Menschen. <sup>221</sup>

Doch der Charakter, also die emotionale Grundhaltung, die Persönlichkeit, sie ist nicht „Schicksal“ im Sinne eines unveränderlichen, lebenslangen Datums. Das Denken und das Fühlen konstituieren unsere Persönlichkeit, und diese bestimmt den Zugang zur Welt, d. h. zu anderen Menschen und ebenso zu sich selbst und zur nicht-menschlichen Umwelt, die Interessen und Ziele im Leben, die Urteile, die Handlungen. Der Charakter als Modus des Fühlens und Denkens definiert den Menschen, er gibt Antwort auf die Frage „Wer bin ich?“ und eine Antwort kann lauten „Ich bin auch ein Neider!“. Bemerkenswert ist dabei: Diese Persönlichkeit entfaltet mehr Einfluss auf die Erfahrungen im Leben als umgekehrt! <sup>222</sup>

Eine emotionale Grundhaltung wie Neid oder gar Neid-Hass, eine solche Persönlichkeit fesselt den Träger an seine Leidenschaft nur dann, wenn er die Möglichkeit der Veränderung, einer selbst induzierten, zielorientierten Weiterentwicklung nicht sieht. Zeit seines Lebens steht dem Menschen der Weg der *Charakterwandlung* offen. Grundlage hierfür ist eine mehr oder weniger ständige Selbstreflexion; der Mensch kann sich seiner Grundhaltungen bewusst werden, womit sie nicht mehr „Instinkt“ oder „Programm“, sondern Variablen sind. Dann geht es um die Formulierung von Zielen, die Trennung von Unveränderbarem und Wandelbarem, die Entwicklung von Strategien, von konkreten Aktionen und um die laufende

Einübung; so kann eine solche selbst bestimmte Weiterentwicklung der Persönlichkeit gelingen.<sup>223</sup>

Die Erkenntnis, dass das Leben angesichts seiner Endlichkeit für jeden Menschen etwas Einzigartiges und Kostbares ist, kann den Anstoß geben, von einem durch Neid gekennzeichneten ex-zentrierten und häufig in die Selbstzerstörung mündenden Lebensvollzug wegzukommen. Das Ziel des Lebens ist nicht mehr einseitig auf Objekte anderer Menschen oder – im Fall des Existenzneides gar – auf das Ich eines Anderen, sondern auch auf sich selbst fokussiert. Diese Charakterwandlung bedeutet, sich auch seines eigenen Werts bewusst zu werden, also Selbstwert aufzubauen und in der Folge Grundhaltungen wie Achtsamkeit, Sorge und Liebe in Bezug auf Andere, sich selbst und die Welt – und das in einer Balance – zu pflegen und einzuüben.

## Ich oder Du?

### Zur Balance von Selbst- und Nächstenliebe

Die moderne Gesellschaft scheint eine *Neidgesellschaft* zu sein, in der – von außen betrachtet – das Leben anderer Menschen glänzender, in der das Gras des Nachbarn grüner, in der der Besitz anderer größer etc. ist. Statt auf andere Menschen aus einer Außenperspektive zu sehen, erscheint es effektiver, sich in sie hineinzusetzen, sich in sie einzufühlen und die Welt aus ihrem jeweiligen Blickwinkel in Augenschein zu nehmen, eben *Empathie* zu zeigen. Sie ist ein Schlüssel, um die Emotionen, Einstellungen und Werte von anderen Menschen, denen man in den vielfältigen eigenen und fremden Gemeinschaften und Subkulturen begegnet, zu entschlüsseln.<sup>224</sup>

Ein berühmtes Beispiel für Empathie bietet das sog. „*salomonische Urteil*“: König *Salomon*, der dritte König des Alten Israel nach *Saul* und *David* im 10. vorchristlichen Jahrhundert (v.Chr.) bzw. 10. Jahrhundert vor der Zeitenwende (v.d.Z.), soll ein Gerichtsurteil mit großem psychologischen Tiefsinn gefällt haben: Zwei im selben Haus wohnende Frauen gebaren jeweils ein Kind, der Sohn der einen Frau starb in der Nacht. Angeblich tauschte sie ihr totes gegen das lebende Kind, also stahl sie der anderen Frau den Sohn, während sie schlief. Nach dem Aufwachen und beim Stillen entdeckte die Bestohlene das leblose Kind in ihrem Arm, sie erkannte, dass es das Kind der anderen Mutter sei, und sie zieh die andere Frau des Diebstahls. König *Salomon* hörte sich die Schilderungen beider Frauen an: Jede behauptete, ihr Kind lebe und jenes der anderen sei tot. König *Salomon* ließ sein Schwert holen und er ordnete an, das lebende Kind in zwei Hälften zu teilen und jeder Frau eine Hälfte zu überreichen. Da schrie die eine Frau – die wahre Mutter – auf und flehte, das Kind nicht zu töten, sondern lebendig der anderen Frau zu überlassen; die falsche Mutter dagegen meinte, das lebende Kind sollte „weder mein noch dein sein“, also geteilt werden. König *Salomon* erkannte, wer die Mutter ist, nämlich die der Teilung des Kindes widersprechende Frau; sie sieht das Kind lieber lebend bei der anderen Frau als tot.<sup>225</sup>

Mit seinem Spruch zwang König *Salomon* die wahre Mutter, ihre selbstlose Liebe zum Kind zu zeigen und damit ebenso die Wahrheit ans Tageslicht zu bringen. Er versetzte sich in die Lage der wahren Mutter und erkannte, nur sie kann das Kind lieber lebend einer anderen Frau überlassen als es tot zu sehen.

Empathie bedeutet, die Lage, die Gefühle und Motive von Mitmenschen zu ergründen, die Welt, ein Geschehen, Handlungen usw. aus dem Blickwinkel von Mitmenschen zu sehen. Dieses In-die-Haut-eines-Anderen-Schlüpfen ist Voraussetzung für eine besondere Art der Liebe, nämlich für Nächstenliebe, für die „*Hinwendung auf ein Du*“.

Diese Hinwendung auf ein Du meint, Mitgefühl mit anderen Menschen (und auch mit der nicht-menschlichen Welt) zu entwickeln, also in Achtsamkeit und Sorge zu leben. Das menschliche Leben ist keine individuelle Existenz, vielmehr ist der Mensch Teil eines Ganzen. Sowohl sein inneres als auch sein äußeres Leben beruhen auf der Arbeit und Leistung anderer, lebender und toter Menschen, und jeder Mensch möge diesen Menschen durch eigene Anstrengung etwas *schenken*, etwas *zurückgeben*; das meinte der kluge *Albert Einstein* (1879 bis 1955).<sup>226</sup>

Im Übrigen erscheint es aufschlussreich, dass das hebräische Wort für Leben „*chajim*“ ein Pluralwort ist. Das Dasein des Menschen ist ein soziales, er soll sich dem Du hinwenden. Gemäß einer uralten Regel zum *Gemeinsinn* sei es besser, wenn zwei Menschen beisammen sitzen, als wenn der beste allein dasitzt.<sup>227</sup>

Der Mensch ist in seinem Leben von Anderen abhängig. Das wird schon an Dingen des Alltags deutlich: Lebensmittel, Kleidung, Möbel, Automobile, Flugzeuge, Mobiltelefone etc. entstehen in einer *arbeitsteiligen Wirtschaft*, in der die sehr weitgehende Spezialisierung den – weltweiten – Austausch von Gütern und damit Zusammenarbeit voraussetzt. Eine vollständige Autonomie des Menschen gibt es in der Moderne nicht,<sup>228</sup> und auch nicht in vormodernen Gesellschaften oder in Spezialformen der Existenz, denn selbst der Einsiedler im Wald hätte das Erwachsenenalter ohne fürsorgende Menschen und damit ohne eine Gemeinschaft zumindest in den ersten Lebensjahren nicht erreichen können!

Die Befreiung, die Anerkennung und die Betonung des Ich, das Selbst-Bewusstsein und die Wertschätzung des einzelnen Menschen haben in der Menschheitsgeschichte u. a. zu *individuellen Freiheitsrechten* geführt: *erstens* zu einer „*Freiheit von*“, zu einer Freiheit des Einzelnen vornehmlich vor staatlicher Willkür und vor dem jahrhundertelangen Untertanen-Dasein, und *zweitens* zu einer „*Freiheit zu*“ im Sinne des Anspruchs auf z. B. gleichen Zugang zu Bildungseinrichtungen oder Sozialleistungen. Die Betonung des Individuellen löst den einzelnen Menschen aus einer Masse heraus, sie befreit ihn aus seiner Unfreiheit und lässt seine Besonderheiten, ja seine Einzigartigkeit erkennen.

Die Befreiung des Ich und der Fokus auf dem Ich nähr(t)en allerdings die Illusion, das Ich wäre vom Du völlig zu trennen, das Ich käme ohne das Du aus. Der *Individualismus* lebt in der Illusion des „Ich ohne Du“, der Verwirklichung des Ich unabhängig von einem Du, er beruht auf dem Prinzip „*Ich oder Du*“. Im Lichte des Individualismus ist das Leben ein Nullsummenspiel, eine Konkurrenz- oder sogar Kampfveranstaltung des Einen gegen alle Anderen, wo vermeintlich gilt, je mehr der Eine kriegen kann, umso weniger bleibt für den oder die Anderen.<sup>229</sup>

Diese Ich-oder-Du-Haltung des Individualismus ist allerdings das wohl größte Hindernis auf dem Lebensweg zu Glück und Sinn, zu einem „richtigen“ Leben.<sup>230</sup> Sie übersieht, dass Glück und Sinn nicht durch völlige Konzentration auf sich selbst erreichbar sind, vielmehr bedürfen Glück und Sinn eines Umwegs, einer Hinwendung auf ein Du (oder auch auf eine Sache). Die-

se Hinwendung mag auf den ersten Blick als ein Umweg erscheinen, doch sie ist der einzige Weg, um wirklich Glück und Sinn zu finden. Ohne das Du bleibt die Suche nach Glück und Sinn im Leben auf einem niedrigen Level stecken. Die Hinwendung auf ein Du ist eine Haltung des „*Ich und Du*“ – so auch der Titel des Hauptwerks von *Martin Buber*, des „Philosophen des Dialogs“<sup>231 232</sup>.

Die Hinwendung auf ein Du, selbst in Situationen des institutionell bedingten Wettstreits oder Kampfes, vermag erstaunliche Dinge auszulösen. Berühmt ist etwa jene Begebenheit aus dem Ersten Weltkrieg, als deutsche, französische, britische und belgische Soldaten, deren Kampflinien in Armentières (im Norden Frankreichs an der Grenze zu Belgien) kaum 100 Meter voneinander getrennt waren, den Weihnachtsabend des Jahres 1914 gemeinsam feierten.<sup>233</sup> Die Waffen schwiegen für diese Zeit, man traf einander, wünschte einander ein frohes Fest, rauchte, aß und spielte Fußball gemeinsam usw. Wenngleich diese Begebenheit eine kurze Episode eines fürchterlichen Krieges war und ihre Wiederholung durch die Heeresführer verhindert wurde, sie erscheint wie ein schöner Traum des Miteinanders von Menschen selbst im Umfeld des Krieges mit seiner (oktroierten) Sichtweise von Freund und Feind und seiner (ebenso dem einfachen Soldaten in der Regel aufgezwungenen) Vernichtungsabsicht, sie ist eine Verbrüderung in einem Umfeld, das hierfür kaum schwieriger sein kann, sie vermittelt eine große Hoffnung auf Menschlichkeit und lässt erahnen, was das berühmte Wort vom Krieg, zu dem keiner hingeht, bedeuten kann.

Im Übrigen wird das berühmte Zitat „Stell dir vor, es ist Krieg und keiner geht hin“ fälschlicherweise *Bertolt Brecht* (1898 bis 1956, eigentlich: *Eugen Berthold Friedrich Brecht*) zugeschrieben. Es stammt sinngemäß aus dem epischen Gedicht „The People, Yes“, das der US-amerikanische Schriftsteller *Carl Sandburg* (1878 bis 1967) im Jahr 1936 veröffentlichte: Ein junges Mädchen meint beim Vorbeiziehen einer Truppenparade in hypothetischer Art: „Sometime they'll give a war and nobody will come“; unklar ist, ob *Carl Sandburg* dieses Zitat wiederum übernommen hat. Der dem Zitat häufig folgende Teil „Dann kommt der Krieg zu dir/euch“ ist der Zusatz eines unbekanntes Autors, der *Sandburgs* Zitat und diesen Zusatz vor eine Passage aus *Bertolt Brechts* „*Kolomann Wallisch Kantate*“ montierte, in der es allerdings nicht um Krieg, sondern um einen „Kampf“ – Klassen- und Arbeitskampf der Arbeiter – geht!<sup>234</sup> Und *Brecht* schreibt u. a.: „Denn wer den Kampf nicht geteilt hat, der wird teilen die Niederlage. Nicht einmal Kampf vermeidet, wer den Kampf vermeiden will, denn er wird kämpfen für die Sache des Feindes, wer für seine eigene Sache nicht gekämpft hat“; mithin spricht sich *Brecht* deutlich für die aktive Teilnahme am „gerechten Kampf“ in der Gesellschaft aus, ein Bezug zum klassischen Krieg ist darin aber nicht zu erkennen.

Die Hinwendung auf ein Du ist der Kern jeder Gemeinschaft, von der Familie über Vereine, Unternehmen bis zu Staaten und der Weltgesellschaft. Kern jeder Gemeinschaft ist Empathie. Durch Einfühlungsvermögen und gemeinsame Ziele verbundene Menschen vermögen Großes zu bewirken; in diesem Sinne bemerkte *Mahatma Gandhi*: „Eine kleine Gruppe entschlossener Geister, angefeuert durch einen unerschütterlichen Glauben an ihre Mission, kann den Lauf der Geschichte verändern.“<sup>235</sup> Empathie ist überall dort, wo Menschen miteinander zu tun haben, sie ist in jeder Art von „weltlichem Bund“ unabdingbar; das beginnt bei der Familie, geht über Unternehmen und die Wirtschaft und endet bei der Weltpolitik, in der über Kulturräume hinweg so manche (Dauer-)Krisen wohl leichter zu lösen wären, würden die Akteure den Mut und die Fähigkeit aufbringen, sich in die Lage des Anderen zu versetzen.

Eine Gemeinschaft zu formen ist keine Frage der technischen Konstruktion, nicht ein Social Engineering in dem Sinne: Man nehme eine Menge Menschen, bearbeite sie mit bestimmten Motivationstechniken und erhalte dann das gewünschte Ergebnis. Eine solche funktionale Sichtweise des Menschen liegt so manchem Ansatz des Humanressourcen-Managements in Unternehmen zugrunde. Eine Gemeinschaft wird erst dadurch zu einem größeren Ganzen, zu einem Wir, wenn jeder Einzelne sich dem Anderen zuwendet; ohne die Hinwendung auf das Du werden das Wir und damit auch die Kraft des Wir in der Gemeinschaft nicht wirklich entstehen.<sup>236</sup>

In einer durch Einfühlungsvermögen, durch wechselseitige Achtsamkeit und Sorge verbundenen Gemeinschaft von Menschen ist das Ganze mehr als die Summe seiner Teile, es entstehen also positive Verbundwirkungen, die auch als „*1 + 1 = 3-Effekte*“ oder positive Synergien gelten. Die Hinwendung auf das Du lässt eine neue Einheit mit einer vereinten Kraft entstehen, ohne – und das erscheint wesentlich – die Individualität des einzelnen Mitglieds aufzuheben. In der Gemeinschaft werden die Talente, die Fähigkeiten und das Engagement des einzelnen Mitglieds gewürdigt. Jeder Mensch trägt quasi einen solchen „*Funken*“ *des Besonderen und Einzigartigen* in sich; in der Theologie spricht man auch vom „*Funken Gottes*“, der jedem Menschen innewohnt und ihn insofern zum Abbild Gottes macht, der ihn rückkoppelt an seinen Ursprung und ihn ordnet auf ein letztes Ziel hin.<sup>237</sup> Jeder Einzelne bringt sich in seiner Individualität und Exklusivität in die Gemeinschaft ein und die vielen Funken vereinen sich zu einem Feuer.<sup>238</sup>

Auch dann, wenn der Wettstreit, wenn die Konkurrenz zwischen Menschen oder wirtschaftlichen Akteuren wie Unternehmen, die letztlich wiederum von Menschen geprägt sind, durch die Rahmenbedingungen institutionalisiert ist, sind Empathie und Mitgefühl nicht absent. In einer *Marktwirtschaft* ist Konkurrenz jener Mechanismus, der zu einem Ausgleich von Angebot und Nachfrage führen, der ein Marktgleichgewicht erzeugen, der Anreize bieten und zur bestmöglichen Versorgung der Menschen mit Gütern führen soll.<sup>239</sup> In diesem Wettstreit ist es vor allem für die Führungskräfte von Unternehmen wichtig, sich über die Lage der eigenen Mitarbeiter hinaus auch in die Lage der Konkurrenten zu versetzen. Damit können Führungskräfte leichter erkennen und vorwegnehmen, in welchen Situationen Konkurrenten welche Handlungen setzen.

Die Idee, erwartete Handlungen eines Gegenübers, eines (rational handelnden) Gegenspielers vorwegzunehmen, ist zentraler Bestandteil der sog. *Spieltheorie*. Hierbei werden Entscheidungssituationen modelliert, in denen die Wirkungen von eigenen Handlungen auch davon abhängen, wie Andere auf eigene Aktionen reagieren. Bedeutung hat hierbei u. a., ob die Spieler einander mit Vertrauen und Kooperationsbereitschaft begegnen oder danach streben, den Vertrauensvorschluss Anderer um eigener Vorteile willen auszubeuten, also statt der Kooperation die Defektion wählen. Jedenfalls sind derartige Entscheidungssituationen nur dann intellektuell durchdringbar, wenn ein Akteur die Perspektive der anderen Person einzunehmen imstande ist.

Die Lebenshaltung des „*Ich und Du*“ bedeutet zweierlei: erstens die Hinwendung auf das Du und zweitens die Hinwendung auf das Ich:

(1) Die *Hinwendung auf das Du* heißt, seine Handlungen am Wohl des Anderen auszurichten, ihm achtsam und in Sorge zu begegnen, ihn in seinen Stärken und Schwächen anzunehmen

und ihm Dienste der Liebe zu erweisen. Der hierfür vornehmlich in einem religiösen Kontext sehr gerne eingesetzte Begriff der Nächstenliebe fokussiert genau auf diese Handlungen, auf diese Liebesdienste für ein Du, vor allem für jene Menschen, die einem am nächsten sind, d. h. mit denen ein Mensch konkret zu tun hat. Entgegen einem häufigen Missverständnis ist Nächstenliebe nicht bloß eine Einstellung, ein Gefühl, eine emotionale Aufwallung, die unter Umständen ohne konkrete Handlungen bleibt, entscheidend ist das Umsetzen, das Tun in dem Sinne, dass dem Anderen Gutes getan wird, also Handlungen erfolgen, die dem Wohl des Anderen konkret dienen. Nächstenliebe ist damit weit mehr als eine bloße emotionale Anteilnahme besonders am Leid des Anderen, nicht das Gefühl oder das Wort, sondern die Tat, der Liebesdienst am Anderen zählt.<sup>240</sup>

(2) Die *Hinwendung auf das Ich* bedeutet, seine Handlungen am eigenen Wohl auszurichten, sich selbst achtsam und in Sorge zu begegnen, sich mit allen Stärken und Schwächen anzunehmen und sich Dienste der Liebe zu erweisen. Der Aufruf zur Nächstenliebe könnte auch derart weit interpretiert werden, dass eine Person im Wohl des Anderen aufgeht, dass sie völlig altruistisch nur noch das gelingende Leben des Nächsten im Blickpunkt hat und dass sie dabei vergisst, auch auf sich selbst zu achten. Ein solches Ansinnen ist allerdings zum Scheitern verurteilt, denn die Hinwendung auf ein Du wird ohne eine gesunde Selbstliebe nicht von langer Dauer sein, ja sie wird nicht gelingen.

Nicht ohne Grund heißt es schon in der populären Übersetzung des (religiösen) Gebots der Nächstenliebe: „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst!“ Darin wird deutlich, ein Aufgehen im Anderen ist nicht das Ziel, vielmehr soll jeder sowohl sich selbst als auch dem Anderen seine Hinwendung schenken; man könnte in der Interpretation sogar so weit gehen und sagen, die Selbstliebe liefert das Maß für die Nächstenliebe. Wer sich selbst nicht liebt, ist in der Regel auch nicht zur Liebe des Nächsten fähig. Selbstliebe gilt als Grundlage für die Hinwendung auf das Du, als Voraussetzung für die Nächstenliebe. Der Umgang eines Menschen mit Anderen und mit der nicht-menschlichen Umwelt wird durch seine Selbstliebe maßgeblich geprägt.

Die Selbstliebe ist zentraler Bestandteil der Wertschätzung, die eine Person ihrem Selbst erweist, und damit des Selbstwertgefühls. Und die Selbstliebe ist auch eine wichtige Voraussetzung für das Selbstvertrauen; eine Person glaubt in dem Sinn an sich, dass sie ihr Leben weitgehend auf selbst gesteckte Ziele hin ausrichten und gestalten kann. Die Selbstliebe ist eine gesunde positive Haltung zu sich selbst, sie bedeutet allerdings keine Selbstsucht, keine Überheblichkeit, keinen Narzissmus, wo ein Mensch alle seine Schwächen negiert, sich nicht in seiner Polarität des Positiven und Negativen annimmt (und an deren Weiterentwicklung arbeitet), sondern stets auf Bestätigung und Bewunderung krankhaft orientiert ist.

Die Hinwendung auf das Ich und jene auf das Du sind in einer Lebenskunst zu vereinen. Die eine Ausprägung kann ohne die andere nicht sein: Eine Hinwendung auf das Ich wird auch zu einer Hinwendung auf das Du führen, denn der Mensch ist als gemeinschaftliches Wesen angelegt und braucht für seinen Lebensvollzug die liebevolle Zuwendung auf das und vom Du. Mithin geht es bei der Haltung des „Ich und Du“ darum, sich sowohl dem Ich als auch dem Du hinzuwenden, also eine gesunde Selbstliebe laufend zu pflegen und auf dieser Hinwendung aufbauend sich dem Mitmenschen (und der übrigen Welt) zuzuwenden.



Mit der Hinwendung auf das Ich und auf das Du beschäftigen sich vor allem Philosophen und Theologen seit alters her. Die sog. „*Goldene Regel*“ findet sich in zahlreichen Werken und ihren Interpretationen. So antwortete etwa der jüdische Philosoph und Rabbi *Hillel der Ältere* (um 30 v.Chr./v.d.Z. bis ca. 9 n.Chr./n.d.Z.; *Hillel ha-zaqen*) auf die Frage nach der zentralen Aussage der Torah, die den ersten fünf Büchern des Alten oder Ersten Testaments der christlichen Bibel entsprechen, das Folgende: „*Was dir nicht lieb ist, das tue auch dem Nächsten nicht.* Das ist die ganze Torah und alles andere ist nur die Erläuterung. Geh und lerne sie.“<sup>241</sup>

Die Balance zwischen Ich und Du in der Lebenskunst, das Gleichgewicht zwischen der Hinwendung auf das Ich und auf das Du, das vermochte *Hillel* mit wenigen Worten kunstvoll auszudrücken:<sup>242</sup>

„*Wenn ich nicht für mich bin, wer dann?  
Wenn ich aber nur für mich bin, wer bin ich dann?  
Und wenn nicht jetzt, wann dann?*“

Jede der drei Zeilen enthält eine große Weisheit:

(1) Jeder Mensch muss „*für sich sein*“, d. h. sein eigenes Wohl im Auge behalten, seine Talente, Fähigkeiten und Möglichkeiten erkennen und daraus das Beste für sich machen. Jeder Mensch ist für sich, für sein eigenes Wohl in erster Linie selbst verantwortlich. Jeder Mensch soll sich selbst in Wohlwollen, in Achtsamkeit und Sorge begegnen, sein Leben aktiv in die Hand nehmen und im Rahmen seines Raums an Möglichkeiten Glück und Sinn entwickeln. „Für sich sein“ heißt erstens, diesen positiven Weg für sich zu wollen, zweitens, die Verwirklichung dieses Weges selbst aktiv zu betreiben.

Die *Verantwortung für sich selbst* ist an andere Menschen nicht delegierbar, d. h. nicht an einen Partner, ein anderes Familienmitglied, an Arbeits- oder Vereinskollegen, an Freunde usw., und auch nicht an eine höhere Instanz. Es ist eine Flucht vor dieser Verantwortung, wenn man die Hände einfach in den Schoß legt, dem Leben seinen Lauf lässt und im Sinne einer vermeintlichen Entschuldigung vielleicht noch beklagt, wie schlecht und falsch doch das Leben zu einem wäre. Lebenskunst besteht darin, diese Verantwortung für sich selbst, für sein eigenes Leben, für die Weiterentwicklung seines Ich und für die Verwirklichung von Möglichkeiten des Glücks und des Sinns im Leben wahrzunehmen.

(2) Bei einem rein individualistischen Lebensvollzug ist das Du lediglich eine Nebenbedingung und eine Modellvariable bei der Optimierung der Zielfunktion. Hier maximiert der Einzelne seinen individuellen Nutzen, Empathie und Mitgefühl sind ihm fremd. Ist der Mensch allerdings „*nur für sich*“, dann wird er schnell und leicht zu einem rücksichtslosen Egoisten, zu einem Selbstverliebten, Überheblichen oder gar Narzissten.

Auch das *Wohl des Anderen* soll der Einzelne im Auge haben, auch dem Anderen soll er in Achtsamkeit und Sorge begegnen, er soll sich in seine Lage versetzen und ihn zu verstehen versuchen. So wie er sich seinem eigenen Wohl zuwendet, so soll er sich auch dem Wohl des Du widmen.

Die Selbstliebe (als Hinwendung auf das Ich) und die Nächstenliebe (als Hinwendung auf das Du) sind miteinander verknüpft: *Erstens* bleibt Nächstenliebe ohne Selbstliebe im Ansatz stecken. *Zweitens* kann ein Ungleichgewicht zwischen Selbst- und Nächstenliebe derart bestehen, dass die Hinwendung auf das Ich zur Selbstverliebtheit oder gar zum Narzissmus wird, in der oder in dem das Wohl des Nächsten nur noch wenig Bedeutung hat. Ein solcher Mensch ist seiner Ich-Sicht, in einem Spiegelsaal des eigenen Ich gefangen, er sieht nur noch sich selbst.

Um in dieser Situation zu einer *Balance zwischen Selbst- und Nächstenliebe* zu finden, muss man „sich selbst erniedrigen“ und „den Anderen erhöhen“, d. h. die Gewichte der Zuwendungen in dieser Art verändern. Der Sich-selbst-Erniedrigende wird insofern erhöht, als er aus der Balance von Selbst- und Nächstenliebe Glück und Sinn gewinnen kann, während der Sich-selbst-Erhörende insofern erniedrigt wird, als ihm der Nächste als Quelle von Glück und Sinn weitestgehend versagt ist.

Sich in jemanden hineinzusetzen bedeutet nicht, alle Haltungen und Handlungen des Anderen gutzuheißen. Es bedeutet lediglich, den Anderen besser zu verstehen und unter Umständen auch seine nächsten Aktionen vorhersagen zu können. Sich die Welt mit den Augen des Anderen anzusehen, das ist die eine Sache, diese Sichtweise des Anderen zu beurteilen und zu bewerten, das ist eine andere Sache. Im Extremfall ist es auch nötig, sich in die Lage von Extremisten, von potenziellen Terroristen zu versetzen, um so die Welt mit ihren Augen zu sehen und zu erkennen, woran es aus ihrer Perspektive mangelt, was ihre Motive sind und auch was ihre nächsten Handlungen sein könnten.<sup>243</sup>

(3) Die Hinwendung sowohl auf das Du als auch auf das Ich soll keine schöne Idee oder Vision eines gelingenden Lebens bleiben, vielmehr soll sie „*jetzt*“, also heute, in der Gegenwart begonnen werden. Sie soll nicht auf später womöglich mit dem Argument aufgeschoben werden, zurzeit wären die Rahmenbedingungen dafür noch nicht gegeben. Heute ist der beste Zeitpunkt, um einen neuen Blick auf sich selbst und auf das Du zu entwickeln und einzunehmen. Diese Perspektive auf das eigene und das fremde Wohl ist keine Brille, die man sich einmal aufsetzt und dann immer einfach tragen kann. Gerade die sich stets verändernden Bedingungen der Welt machen eine *laufende Arbeit* an dieser Perspektive der Achtsamkeit und Sorge nötig!

Lebenskunst im Sinne von *Hillel* bedeutet: Sowohl dem *Ich* als auch dem *Du* in *Achtsamkeit und Sorge* und das in einer *Balance* begegnen, und diese ausbalancierte Hinwendung auf das Ich und auf das Du *heute* beginnen und stets aufs Neue suchen.

## Sich befreien und seine inneren Bilder pflegen

„Sich befreien“, dieses Motto hat mit Befreiung und Freiheit in einem doppelten Sinn zu tun:

- *Erstens* steht es für die Befreiung bzw. Freiheit *von* etwas, für das Los-Kommen von äußeren Zwängen und Begrenzungen, es verkörpert den „*Exodus aus einem falschen Leben*“.
- *Zweitens* steht es für die Befreiung bzw. Freiheit *zu* etwas, für die Möglichkeit, etwas zu tun, für den Weg der Umsetzung und Pflege von Talenten, für Potenzialentfaltung u. ä. Hier steht das Motto für den Einzug oder „*Eisodus in ein richtiges Leben*“.

Der Exodus aus einem falschen Leben fokussiert auf viele Arten der „*Gefangenschaft*“ im Leben. Drastisch vor Augen geführt wird dem Menschen seine Gefangenschaft in zahlreichen Schriften, auch religiöser Art. Beispielsweise findet man den Bezug auf sie am Beginn des Dekalogs, des Zehnwortes oder der „Zehn Gebote“, wobei diese Übersetzung als „Gebote“ höchst missverständlich ist und die zentrale Intention des Inhalts, einen Weg zur und der Freiheit zu zeichnen, verkennt.<sup>244</sup> Dort ist die Rede vom *Auszug* aus dem Lande „Ägypten“, aus dem Haus der Sklaven. Im Hebräischen steht für „Ägypten“ das Wort „*mizrajim*“ mit der Wortwurzel „*mezar*“, die für eng, begrenzt und beschränkt steht. Die Herausführung aus „Ägypten“ steht mithin für den Exodus aus einer Beengtheit, aus Begrenzungen und Beschränkungen. Von einem „Auszug aus dem persönlichen Ägypten“ zu reden, bedeutet die Befreiung aus Unterdrückung, aus Gefangenschaft und aus Versklavung, die Überwindung der Enge des Lebens hin ins Offene.<sup>245</sup>

Das Menschenbild spätestens seit der Aufklärung, aber auch der drei monotheistischen und anderer Religionen, ist eines der Freiheit und Verantwortung. Der Mensch ist zur Freiheit befreit, zur Freiheit berufen; mithin ist es eine seiner Uraufgaben, sich selbst und andere Menschen von Unterdrückung zu befreien. Das Sklaventum kann unterschiedliche Namen tragen wie z. B. „Pharao“, Sachzwänge, äußere Umstände, Regelwerke, unreflektierte obsoletere Grundüberzeugungen und Werte im Leben usw. Das Ziel der Befreiung liegt in der Herausführung aus dem persönlichen Ägypten, im Exodus aus dem falschen Leben, und im Einzug (Eisodus) in ein „gelobtes“, in ein „richtiges“ Leben in Freiheit, also Selbstbestimmung und Verantwortung. Diese Aufgabe, das eigene „Ägypten“ zu verlassen und die volle Selbstbestimmung zu erlangen, dieses „Hinausführen“ steckt etymologisch auch im Lateinischen „*educare*“ oder im Englischen „*education*“.<sup>246</sup>

Die Befreiung aus dem eigenen „Ägypten“ bedarf der Reflexion, des selbstständigen Denkens, um Gewohntes, um eingespielte Sicht- und Verhaltensweisen zu erkennen, zu hinterfragen und weiterzuentwickeln. Dieser Prozess dauert das ganze Leben hindurch, der Mensch ist also unterwegs zu sich selbst, er ist auf dem Weg seiner Entfaltung. Um sein eigenes Potenzial entfalten zu können, muss es erst einmal erkannt werden; das Bemühen um diese Selbsterkenntnis steht am Anfang der Befreiung.

Sich aus Bisherigem zu befreien, das lässt schnell die bange Frage entstehen, wohin der Mensch denn gehen soll; ohne diese Antwort käme der sich befreiende Mensch unter Umständen vom Regen in die Traufe, er würde seine Situation also noch verschlimmern. Der berühmte Singer-Songwriter und Literaturnobelpreisträger 2016 *Bob Dylan* drückt das in

einem seiner Lieder wunderbar aus: „Ich wurde nicht dort geboren, wo ich hingehöre, sondern weit weg, also bin ich auf dem Weg nach Hause.“<sup>247</sup> Zeit seines Lebens ist der Mensch *unterwegs zu einem richtigen Leben*; Bob Dylan sagt weiter, dass er den Ehrgeiz und Mut habe auszuziehen und er wolle sein Zuhause finden, er wisse zwar nicht genau, wo es liege, aber er sei unterwegs dahin.<sup>248</sup>

Das Zuhause in seinem Leben finden, das steht für den Weg zu seinem wahren Ich, zu der Entfaltung seines Potenzials, zu einem Leben mit Glück zu Sinn und damit zu einem richtigen Leben. Die Befreiung aus dem eigenen „Ägypten“ führt zur Entfaltung der individuellen, einmaligen Persönlichkeit; hierbei geht es nicht darum, Anderen nachzueifern und sich auf Besitz, Macht und Ansehen zu stürzen, sondern sich selbst zu erkennen und Sinn in den verschiedensten Lebenssituationen zu entwickeln. Entfaltet der Mensch sein Potenzial mit Begeisterung, so kann er über sich selbst hinauswachsen – „Begeisterung ist Dünger fürs Hirn“ sagt der Neurobiologe *Gerald Hüther*<sup>249</sup> – und er kann auch sichtbares Großes bewirken, das er sich zuvor niemals zugetraut hätte.

Aber wie kann der Weg aus seinem eigenen Sklaventum aussehen? Die *erste* Etappe besteht in Reflexion und Übernahme von Verantwortung für seinen Lebensweg, auf der *zweiten* Etappe sind innere Bilder zu hinterfragen und weiterzuentwickeln und auf einer *dritten* geht es um die Balance der Hinwendung auf das Du und auf das Ich.

Bei der Reflexion ist selbstständiges Denken über sein Ich, also über seine Standpunkte, Grundüberzeugungen, Werte u. ä., also über die Gesamtheit der „inneren Bilder“ nötig, wie das der Hirnforscher *Gerald Hüther* plakativ ausdrückt. Schon die Frage nach den inneren Bildern zu stellen ist die halbe Lösung, denn mit ihr wird der Vorgang der Aufdeckung eröffnet, mit ihr fallen die Vorhänge und die Bilder des Lebens werden sichtbar, auch solche, deren man sich bislang nicht bewusst war, so dass auch „blinde Flecken“ oder Automatismen im Denken und Handeln, sog. „neuronalen Autobahnen“<sup>250</sup>, evident werden können.

Individuelle Sichtweisen und Erwartungen beeinflussen massiv die menschliche Wahrnehmung der Wirklichkeit. Das Denken determiniert die Realität. Hat der Mensch etwa die Erwartung, dass teurer Wein kredenzt wird, so steigert die Höhe des Preises die Erwartung und täuscht die Wahrnehmung, d. h. man glaubt, der Wein würde umso besser schmecken, je teurer er ist. Hier hilft eine reflexive Sichtweise: Welche Grundüberzeugungen und Denkautomatismen bestimmen meine Wahrnehmungen, meine Gedanken, meine Gefühle und meine Handlungen? So könnte z. B. eine Führungskraft das innere Bild aufgebaut haben, die Anderen müssten ihr stets zuhören, sie selbst wäre der hellste Kopf und daher brauche sie Anderen erst gar nicht zuzuhören. Die unbewusste Überzeugung für sich aufzudecken ist der Anfang des Weges aus dem eigenen Sklaventum.

Das Hinterfragen der eigenen Bilder ist nur eine vermeintliche Schwäche, auch das Ändern von Grundüberzeugungen ist keine Charakterschwäche. So wird dem ehemaligen deutschen Bundeskanzler *Konrad Adenauer* (1876 bis 1967) das Zitat zugeschrieben: „Man braucht nicht immer denselben Standpunkt zu vertreten, denn niemand kann mich daran hindern, klüger zu werden.“

Die Reflexion über eigene (Grund-)Überzeugungen und die Bereitschaft zu ihrer Revision sind sogar Voraussetzung für Kreativität und Innovation. Zweifellos gibt es keine neuen

Ideen ohne die kritische Sicht auf das Bisherige. Das gilt auch für die Wissenschaft: Erst die kritische Reflexion bisheriger Lösungsansätze führt zu neuen Lösungen und Wissenszuwachs. Der Wirtschaftswissenschaftler *John Maynard Keynes* erwiderte den Vorwurf, seine Meinung über die Geldpolitik während der Weltwirtschaftskrise geändert zu haben, mit der Bemerkung: „Wenn sich die Tatsachen ändern, ändere ich meine Meinung. Und Sie, Sir?“<sup>251</sup>.

Automatisiertes Denken, also das Leben auf „neuronalen Autobahnen“<sup>252</sup>, kann in verschiedenen Arten geschehen.<sup>253</sup> Erstens die *Egozentrik*: Etwas wird für richtig erachtet, weil man es glaubt; die Berechtigung der Überzeugungen wird nie überprüft. Zweitens der *Soziozentrismus*: Etwas wird für richtig erachtet, weil die eigene soziale Gruppe es für richtig hält; niemand der Gruppe prüft die Berechtigung der Überzeugungen der Gruppe. Drittens das *Wunschdenken*: Etwas wird für richtig erachtet, weil man es glauben will, weil es einen selbst oder seine Gruppe in einem besseren Licht erscheinen lässt, diese Sichtweise fühlt sich gut an und daher wird ihre Berechtigung nicht überprüft. Viertens die *Selbstbestätigung*: Etwas wird für richtig erachtet, weil man das schon immer dachte, weil es sich um lang gehegte und gepflegte Überzeugungen handelt, hinterfragt werden sie nicht. Fünftens der *Egoismus*: Etwas wird für richtig erachtet, weil die Grundüberzeugungen im eigenen Interesse sind, sie bringen Besitz, Geld, Macht, Ruhm oder andere Vorteile, daher werden sie nicht hinterfragt.

*Verantwortung* im Leben zu übernehmen bedeutet, seine inneren Bilder, also das eigene Ich kennen zu lernen und darauf zu antworten; Verantwortung ist – im buchstäblichen Sinn – die Fähigkeit zu antworten. Bei Verantwortung geht es also nicht um Schuld, obwohl das vielfach gleichgesetzt wird, vielmehr um ein *aktives Antworten* auf das erkannte Ich, um die Bereitschaft, sich selbst als zentrale Ursache im eigenen Leben zu sehen, sich nicht als Opfer Anderer oder äußerer Umstände zu begreifen, sondern sein Ich und sein Leben in die Hand zu nehmen und die Verantwortung für sein Tun bei sich zu sehen. *George Bernard Shaw* meinte, Menschen würden sich bei ihrem Sein und Tun meist mit den äußeren Umständen herausreden, der Mensch sei aber auf die Welt gekommen, um jene Umstände zu suchen, die zu ihm, zu seinem Ich passen, und wenn er die nicht finden könne, dann müsse er diese Umstände schaffen.<sup>254</sup>

Die Befreiung aus dem eigenen Sklaventum führt zu *Freiheit*. Es ist ein Paradoxon des befreiten Menschen, dass die Freiheit einerseits den Weg zur Entfaltung seines Potenzials öffnet und dass sie andererseits als Preis die „Pflicht“ auferlegt, sich dem Ich und dem Sinn im Leben zu stellen. Wie der Mensch damit umgeht, ist allein seine Verantwortung.<sup>255</sup>

Auf der dritten Etappe steht die *Balance* zwischen der Hinwendung auf das Ich und auf das Du im Fokus. Dieses schon angesprochene Gleichgewicht hat auch mit der Art und Weise zu tun, wie ein Mensch mit *Macht* über andere Menschen umgeht. Wenn hier steht, der Mensch möge Verantwortung für sich übernehmen und dank der Entfaltung seines Potenzials über sich hinauswachsen, dann heißt das nicht, er solle sich an einer ggf. entstehenden Machtfülle berauschen. Ein ungezügelt ego, mithin ein Ungleichgewicht in der Hinwendung auf das Ich und auf das Du, führt schnell ins Verderben, unzählige – abschreckende – Geschichten über den Rausch der Machtfülle zeigen dies: In ihrer Machtfülle maßlos, habgierig, tyrannisch, arrogant werdende Menschen danken eines Tages ab, sie verschlucken sich an ihrem überdimensionierten Ego.<sup>256</sup>

Die Vorstellung, den Menschen nicht mehr als Teil einer namenlosen Masse, nicht mehr als bloßen Untertanen eines Herrschers wie Königs oder Kaisers, sondern als individuelle Person zu sehen, die zum eigenständigen Denken fähig und berufen ist, verdankt die Menschheit vornehmlich religiösen Texten wie der Bibel und besonders der *Aufklärung* des 18. Jahrhunderts. In der heutigen Zeit ist die Hinwendung auf das Ich, ist das Ego allerdings häufig außer Kontrolle geraten. Gerade Machtfülle ist eine zweiseitige Sache, einerseits die Möglichkeit, vieles zu ändern und zu bewegen, andererseits eine Verpflichtung und Verantwortung für andere Menschen und die Welt.<sup>257</sup>

Der größte und vielleicht einzige Sieg eines (machtvollen) Menschen liegt in der Selbstbeherrschung. Kann er sich sagen „Die Sonne geht auch ohne meine Hilfe unter!“, kann er sein Ego in Schach halten und eine Balance zwischen Ich und Du erreichen, so lebt er eine alte Weisheit, eine Haltung der Demut oder der Bescheidenheit. Das hebräische Wort für „ich“ „*ani*“ ist sehr ähnlich dem Wort „*ajin*“, das „*nichts*“ bedeutet; die Verbindung von Ich und Nichts soll dabei daran erinnern, dass der Mensch seine Talente, seine Begabungen und Potenziale mitbekommen habe, dass Vieles im Leben auf solchen „Zufällen“ beruhe. Und das soll bescheiden stimmen, ggf. eine Verbindung zur Quelle und zum Ziel des Lebens in einem transzendenten Sinn herstellen helfen.<sup>258</sup>

In der biblischen Lebensweisheit über die Welt wird die Verbindung zwischen dem Menschen und der „Erde“, dem „Staub“ hergestellt: Das Hebräische „*adam*“ für „Mensch“ hat dieselbe Wurzel wie „*adama*“ für „Erde, Staub“. Der weise König *Salomon* sagt: „Beide (der Mensch und das Tier) sind aus Staub entstanden, beide kehren zum Staub zurück.“<sup>259</sup> Diese Einsicht gebietet Bescheidenheit (sowie Dankbarkeit). Und angesichts der Ungewissheit eines Fortlebens über den Tod hinaus kommt er zu der Erkenntnis, dass es kein Glück gebe, „es sei denn, der Mensch kann durch sein Tun Freude gewinnen“<sup>260</sup>. Salomonische Lebenskunst ist demnach, in all seinem Tun in bescheidener Weise nach Glück und Sinn zu suchen.

Ein ungezügelt Ego und Bescheidenheit stehen einander entgegen; letztere lädt zu einem maßvollen Umgang mit Besitz, Macht und Ruhm ein. Das „rechte Maß“ ist Ausfluss einer Balance zwischen dem Wohl des und der Anderen sowie der nicht-menschlichen Umwelt einerseits und dem eigenen Wohl andererseits. Die entscheidende Frage beim menschlichen Tun lautet: Wessen Wohl wird in welcher Weise verändert und in welchem Verhältnis stehen diese Wirkungen zueinander? Nur das eigene Wohl im Auge zu behalten führt nicht zu nachhaltigem Glück und Sinn; „Stolz, Arroganz und aufgeblasenes Ego verhindern das Glück“, warnte *Maimonides*. Erst das Hintanstellen des Egos, das Zurechtstutzen eines übersteigerten Ich und die Hinwendung auf ein Du, das Einem-Anderen-Dienen führen zu Lebensfreude und bieten Wege der Sinnentwicklung.<sup>261</sup>

Die Balance zwischen Ich und Du zu finden ist im Leben eine *permanente* Aufgabe. Die Gefahr eines übersteigerten Egos lauert vielerorts. „Irgendwo musst du begreifen, dass du permanent im Stadium des Werdens bist“, schreibt *Bob Dylan*. Mithin sind die Reflexion über eigene Motive, Grundüberzeugungen, Prinzipien u. ä., die Übernahme von Verantwortung für diese inneren Bilder und die ausbalancierte Hinwendung auf das Ich und auf das Du kein Projekt, das einmal im Leben gemacht und abgehakt wird, vielmehr muss das Ego immer wieder in die Schranken gewiesen werden. Unter Umständen erscheint ein übersteigertes Ego sogar raffiniert in falscher Bescheidenheit!<sup>262</sup>

Demut und Bescheidenheit bedeuten nicht, sich selbst zu erniedrigen, sich aufzuopfern und als Schuhabstreifer für Andere zu dienen; sie enthalten nicht nur Nächstenliebe, sondern ausdrücklich auch die Selbstliebe! Das Du groß zu denken bedeutet nicht, das Ich abzuwerten; die Balance zwischen Ich und Du zielt auf Achtung und Wertschätzung für das Du *und* ebenso für das Ich. In dieser Haltung erkennt man sein Potenzial als innerstes Selbst, erkennt sich als einmalig und lässt sich nicht zum Spielball Anderer machen. Selbstbefreiung, Freiheit, Verantwortung und Balance zwischen Ich und Du machen einen Menschen kraftvoll, wirkmächtig, ja auch zu einer Autorität, aber ohne Anflug von Überheblichkeit oder gar Narzissmus.<sup>263</sup> Mithin sind sie ein Weg aus dem falschen zu einem richtigen Leben.

## „Rüpel-Land“, Kant & Küng

**R**ücksichtslosigkeit, Rüpelhaftigkeit, Ignoranz, kein Mitgefühl und keine Hilfsbereitschaft, Aggressivität und ähnliche Phänomene im Umgang von Menschen untereinander ließen vor einigen Jahren den plakativen Ausdruck „*Rüpel-Republik*“ entstehen.<sup>264</sup> Er macht augenscheinlich, dass in vielen gesellschaftlichen Bereichen wie Nachbarschaft, Schule, Arbeitsplatz, Straßenverkehr, Internet usw. so etwas wie Anstand, Mitmenschlichkeit oder Fairness kaum noch zu finden wären, dass menschliches Verhalten unsozialer werde, dass der Regelbruch zum Regelfall geworden wäre und dass als Querulanten mittlerweile diejenigen gelten, die die Einhaltung von grundlegenden Verhaltensregeln in der Gesellschaft einfordern.

In einem „*Rüpel-Land*“ leben Menschen offenbar mehr gegeneinander als miteinander. Als Leitmotiv des Handelns gilt dabei z. B. „*Mach dein Ding*“, das den Fokus auf das Ich, auf die eigene Selbstverwirklichung legt, das einen Individual- und Egoismus preist und empfiehlt, sich nicht um mögliche (negative) Auswirkungen seines Handelns auf Andere zu kümmern.<sup>265</sup> Nur eine hauchdünne – also eine nicht tief verwurzelte, von Herzen kommende – Schicht von „*Cocktailmanieren*“ überdeckt mehr schlecht als recht den rücksichtslosen Kampf gegeneinander.<sup>266</sup>

Ein anderes Leitmotiv aus Rüpel-Land ist „*Kante statt Kant*“;<sup>267</sup> es stellt die persönlichen Interessen und Vorlieben eines Menschen über jene der Mitmenschen. Mit dem Ausdruck „*Kante*“ ruft es ausdrücklich zu einem rüpelhaften Verhalten auf, das nur auf eigene Belange gerichtet ist und jene von Mitmenschen ausklammert. Dieses Motiv schlägt eine Brücke zu *Immanuel Kant*, zu dem sich einige Gedanken lohnen.

Doch zuvor ein kleiner Blick auf das Leben in Rüpel-Land, das im Prinzip jede Gemeinschaft, auch jeder Staat der Erde sein kann. Inwieweit denkt der Einzelne im Leben nur an das eigene Wohl, inwieweit berührt ihn und berücksichtigt er in seinen Entscheidungen auch das Wohl des Nächsten, d. h. *wie sozial leben Menschen* im Allgemeinen? Als Orientierungsmuster stehen Rüpelhaftigkeit, Egoismus und Ignoranz einerseits und Kooperation, Anstand und Rücksichtnahme andererseits einander gegenüber. Das Gegen-, Neben- oder Miteinander der Menschen führt zum vorherrschenden, also gelebten Menschenbild einer Gesellschaft.

Jede Gesellschaft, ja die Menschheit kann als eine Vielzahl von über- und nebeneinander bestehenden Gemeinschaften oder Bünden gesehen werden. Jeder Mensch gehört im Allgemeinen mehreren Bünden gleichzeitig an, solche sind: die Weltgesellschaft, staatliche Gesellschaften, (Sub-)Kulturen, Regionen, Vereine, Unternehmen, Familien, Partnerschaften

usw. Auf den ersten Blick würde man annehmen, Menschen leben in solchen Gemeinschaften in *kooperativen* Beziehungen.<sup>268</sup> Die Empirie lehrt allerdings Anderes:

*Rüpel-Land in Partnerschaften:* Selbst vor ihnen machen ökonomische Kalküle nicht Halt; so gilt es vielerorts, das Verhältnis von Vor- und Nachteilen (materieller und immaterieller Art) ausdrücklich zu optimieren, egoistisch das eigene Wohl, d. h. die eigenen beruflichen, sportlichen und anderen Ziele zu verfolgen, das Wohl des Partners wird nur dann unterstützt, wenn daraus auch eigene Vorteile entspringen usw. Partner werden leichtfertig ausgetauscht, sobald sie eigenen Zielen im Wege stehen; ursächlich können dabei „Mängel“ wie Krankheit, Arbeitslosigkeit, unzureichende Karriere, Alter, Reizlosigkeit etc. sein. Der Ausdruck „Lebensabschnittspartner“ bringt dieses Konzept der Partnerschaft auf den Punkt. Aufgehoben, d. h. uneingeschränkt auf- und angenommen können sich Partner hierbei nicht mehr fühlen, denn sobald ein Partner meint, der Mensch an seiner Seite würde einen Mangel aufweisen, den er nicht akzeptieren will oder kann, wird die Gemeinschaft beendet; unter der Belastung eines Mangels geht die Partnerschaft zu Bruch.

Das soll kein Plädoyer für das blinde Festhalten an einer eingegangenen Partnerschaft sein, sondern dafür, dem Partner Wohlwollen, Achtsamkeit und Sorge zu erweisen, ihm eine Atmosphäre des Auf- und Angenommen-Seins, eine Beheimatung zu bieten und die Entscheidung über das Ende der Partnerschaft keinesfalls schnell und leichtfertig zu fällen.

Sobald Menschen in einem besonderen Naheverhältnis zueinander leben, wie z. B. in einer Partnerschaft, entsteht das schon angesprochene Problem, Selbst- und Nächstenliebe in Balance zu halten. Ein häufig auftretendes Phänomen ist die *Abwertung*: Der Abwertende macht einen Menschen klein, er mindert dessen Wert in der Regel in der trügerischen Hoffnung, sich selbst damit zu erhöhen. Doch diese Art der Selbsterhöhung ist eine vermeintliche, der Wert der eigenen Stellung erscheint dem Abwertenden nur kurzfristig gesteigert, sehr schnell muss er erkennen, dass Selbstwert und Selbstliebe durch das Klein-Machen anderer Menschen bestenfalls gleich bleiben, meist sogar sinken. Der Abgewertete wendet sich vielfach vom Abwertenden ab, der nun tendenziell einsamer wird, und das bei einem angekratzten, mangelnden Selbstwertgefühl.

Die Abwertung im Interesse einer Steigerung des Selbstwerts instrumentalisiert Menschen. Der Abwertende gebraucht den Abgewerteten als Mittel zur Erreichung seines Ziels, den Selbstwert zu erhöhen. Über die mittel- und langfristige Aussichtslosigkeit dieses Ansinnens hinaus ist zu fragen, ob diese Instrumentalisierung mit der Würde des Menschen vereinbar ist. Falls nicht, liegt ein Missbrauch des Mitmenschen vor.

Eine Partnerschaft „*symmetrisch*“ zu leben, bedeutet, dass zumindest über einen längeren Zeithorizont gesehen das Geben und das Nehmen in einer Balance zueinander stehen. Egoistisch seine eigenen Vorteile auf Kosten des Anderen maximieren zu wollen führt zu einer „*asymmetrischen*“ Partnerschaft, zu einem einseitigen Vorteil-Nehmen, ohne selbst dem Partner (andere) Vorteile und Dienste zu erweisen; mithin liegt ein Verhältnis des Ausnützens, ja der Ausbeutung des Partners vor. Es ist Lebenskunst und ein Geschenk, das man selbst mitgestaltet, eine im langfristigen Gleichgewicht befindliche Partnerschaft zu leben.

*Rüpel-Land in Familien:* Der Umgang von Eltern mit ihren Kindern ist da und dort von Misstrauen, Vernachlässigung und vielleicht sogar von Missbrauch geprägt; der Terminus „Miss-



brauch“ erscheint uns hierbei trügerisch, denn sein Gegenteil wäre ein ordnungsgemäßer „Gebrauch“, doch weder Kinder noch ein Partner oder andere Menschen sollen „einem Gebrauch unterzogen“ werden, so dass man „Missbrauch“ besser mit sexueller und nicht-sexueller (körperlicher und verbaler) „Gewalt“ umschreiben sollte.<sup>269</sup> Auch in entgegengesetzter Richtung kann es zu schwerwiegenden Verwerfungen kommen, wie z. B. versagte Hilfe bei Bedürftigkeit, Gewalt, Ausüben von Druck, um etwa Vermögen zu erhalten usw. Ebenso ist das Verhältnis von (Voll- und Halb-)Geschwistern untereinander vielerorts von Streit, Neid und Missgunst in Bezug auf Vermögen oder menschliche Zuneigung etc. geprägt.

Das Verhältnis zwischen Eltern und Kindern ist zweifellos ein grundsätzlich „asymmetrisches“. Eltern sind quasi naturgesetzlich jene, die primär in der Rolle des Gebers agieren und sich ihren Kindern altersadäquat zuwenden. Hier von einer längerfristigen Balance des Gebens und Nehmens auszugehen, wäre vermessen. Das heißt allerdings nicht, dass die Hingabe der Eltern ohne jede Aussicht auf ein „Nehmen“ erfolge, vielmehr ist es ebenso quasi naturgesetzlich und in vielen Katalogen von Verhaltensregeln, wie z. B. dem Zehnwort der Bibel, vorgesehen, dass Kinder ihren Eltern „geben“, nicht nur die „Ehre erweisen“, wie die einschlägige Wegweisung aus dem Zehnwort meist verfälschend übersetzt wird. Mutter und Vater die Ehre zu erweisen, das mag recht schön und gut sein, doch die Hinwendung der Kinder zu den Eltern soll viel weiter, soll über Emotionales hinausgehen und auch konkrete nötige Versorgungsleistungen einschließen!

*Rüpel-Land Alltag: Der Begründer der Psychoanalyse Sigmund Freud (1856 bis 1939) publizierte 1930 ein Buch mit dem Titel „Unbehagen in der Kultur“,<sup>270</sup> um einen Kulturbetrieb zu kennzeichnen, der repressiv sei, indem er die Triebbefriedigung einschränkt, und der damit zur Quelle des Leidens werde. Diese Rede könnte man zum „Behagen in der Unkultur“ umformulieren, um damit weniger auf die sog. Hoch- als vielmehr auf die Alltagskultur zu blicken, z. B. – willkürlich herausgegriffen – auf das Verhalten von Menschen (1) auf allgemeinen Flächen wie Grünanlagen, (2) bei Tisch und (3) bei alltäglichen Begegnungen:*

(1) Parkanlagen gelten heute nicht nur als Objekte, die ob ihrer Pracht bestaunt werden, sie laden auch zum sinnlichen Erleben, zum Ausruhen, zur Einnahme von kleinen Mahlzeiten, zu Gesprächen usw. ein; dass man hierbei allerdings häufig vergisst, anfallenden Konsummüll mitzunehmen und ordnungsgemäß zu entsorgen, erscheint rücksichtslos gegenüber all jenen Menschen, die danach sich ebenso an den Anlagen erfreuen wollen, und gegenüber der Gesellschaft, die diese Oasen finanziert.<sup>271</sup> (2) Essen und Trinken sind für den Menschen seit jeher mehr als die bloße Aufnahme von Nahrung. Wenn der Mensch isst und trinkt und besonders, wenn er dies in Gemeinschaft mit anderen tut, dann pflegt er eine *Tisch- und Speisekultur*, die durch seine Herkunft und Subkultur geprägt ist und die durch Selbsterziehung laufend entwickelt wird. Doch was soll man davon halten, wenn auch hierzulande immer mehr Menschen statt eines Bestecks ihre Finger nutzen, obwohl nach den bisherigen Benimmregeln dies für nur äußerst wenige Speisen vorgesehen ist. Oder was soll man davon halten, wenn Menschen mit auf der Tischplatte aufgestützten Ellenbogen aus einer Tasse, aus einem Glas trinken oder so „fundamentiert“ Löffel, Messer und Gabel oder gar ihre Hände zum Mund führen. *Ellenbogen gehören nicht auf den Tisch*, pflegt(e) man zu sagen. (3) Bei alltäglichen Begegnungen zwischen Menschen, sei es in der Familie, in Betrieben, beim Einkaufen, in Restaurants, im öffentlichen Raum usw. weicht das höfliche *Bitte und Danke* sehr häufig einem fordernden Ton, in dem sogar Geringschätzung und Abwertung für das Gegenüber mitschwingen, und einer Danklosigkeit.

Eine *Bitte-Danke-*, eine *Tisch- und Speise-* und ebenso eine *Kultur der Bewegung* im öffentlichen Raum ist – wie auch jede andere Kultur – eine permanente Herausforderung an den Menschen, auch an seine Selbsterziehung. In einem Rüpel-Land findet man *Behagen in der bequemen (?) Unkultur*, das Unbehagen Anderer daran wird nicht wahrgenommen.

*Rüpel-Land in Nachbarschaften:* Streit um den Verlauf von Grenzen, um (vermeintliche) Beeinträchtigungen durch Bäume und Sträucher, durch Lärm, durch Rauchentwicklung usw., böse Worte, Beleidigungen und sogar Nachbarschafts-„Kriege“ lassen selbst „den Frömmsten nicht in Frieden leben, wenn es dem bösen Nachbarn nicht gefällt“, um es mit *Friedrich von Schiller* (1759 bis 1805) aus *Wilhelm Tell* zu sagen, d. h. auch ein friedfertiger, ein sozial agierender, ein auf das Wohl des Nachbarn bedachter Mensch kann durch seine Umwelt in Streit und andere Verwerfungen hineingezogen werden. Solche „(Klein-)Kriege“ in der Nachbarschaft werden vielfach mit großem Aufwand und durch alle Gerichtsinstanzen hindurch ausgefochten, der Ton der Auseinandersetzungen ist vielerorts auf einer sehr tiefen Stufe angekommen, die Dialogfähigkeit verloren gegangen.<sup>272</sup>

Offenbar sinkt im Umgang mit Nachbarn (und Menschen aus dem Alltag) der „*moralische Grundwasserspiegel*“ immer mehr; eines Tages ist kein solches Grundwasser mehr vorhanden. Und damit verliert die Gesellschaft Grundüberzeugungen und Verhaltensweisen, ja Werte, die das Zusammenleben von Menschen erfordert. Gewisse „*Grundwerte*“ sind für das gesellschaftliche Leben unverzichtbar und nicht alle diese Vorstellungen können durch gesetzte Rechtsnormen gesichert werden. Selbst die Verfassung eines Staates beruht letztlich auf Werten, die sie selbst nicht zu sichern imstande ist.<sup>273</sup> Solcher „*Grundwerte*“ bedarf eine Gesellschaft für die Geltung einer Verfassung und ebenso eine halbwegs gelingende Nachbarschaft.

*Rüpel-Land in Schulen:* Die Verhaltensweisen von Schülern untereinander und die Interaktionen zwischen Schülern und Lehrern lassen vielerorts grundlegende Regeln des Anstandes und der Wertschätzung vermissen. Das Aggressionspotenzial von Schülern steigt, nicht nur jener in Haupt- oder ähnlichen Schulen, sondern auch jener in Gymnasien; Schüler aus „höheren Schichten“ verfügen in der Regel über einen größeren Wortschatz und über raffiniertere Methoden, um im Umgang mit verhassten Mitschülern oder Lehrern aggressives Verhalten zu verwirklichen. Schülern fehlt vielerorts jede Reflexion und Einsicht dazu, dass sie Teil von Gemeinschaften sind, ihr Lebensziel besteht häufig nur darin, reich oder treffender ausgedrückt: reicher als die Anderen zu werden oder so viel wie möglich zu konsumieren. Dass sie Teil von Gemeinschaften – mit allen Auswirkungen auf das Verhalten zum Nächsten – sind, ist in diesem Lebenskonzept nicht vorgesehen.<sup>274</sup>

In Schüलगemeinschaften scheint es vielerorts gang und gäbe zu sein, Mitschüler, vor allem körperlich schwächere, zu drangsaliieren. „*Mobbing*“ ist zu einem ernst zu nehmenden Problem geworden. Die Fähigkeit zum Mitgefühl, zum Mitleid ist hier verlorengegangen, von Empathie erst gar nicht zu reden. Der Schritt zum Schüler als Narzissten ist ein kleiner.

Konfliktbereitschaft und Aggression kennzeichnen vielerorts auch das Verhalten von Eltern gegenüber Lehrern. Die Interaktion mit der Lehrerschaft wird als „*Kampf*“ (miss-)verstanden, in dem jedes Mittel, auch Drohungen allgemeiner Art oder rechtliche Mittel wie Klagen, recht zu sein scheint. Dass man allfällige Schwierigkeiten in gemeinschaftlicher Verbundenheit zu lösen versuchen könnte, kommt hier oft gar nicht in den Sinn. Obendrein stehen El-

tern vielerorts in blinder Gefolgschaft hinter ihren Sprösslingen, selbst „brutale kleine Schweinchen“ haben häufig keine negativen Sanktionen ihrer Eltern zu befürchten.<sup>275</sup>

Einzelne Klassen, die Schule als gesamte Bildungsinstitution und das (nötige) Zusammenwirken von Lehrern, Schülern und Eltern schaffen Gemeinschaften, in denen Menschen interagieren. „Ohnmächtige Lehrer, Schüler außer Rand und Band und Eltern mit Vollhacke“ resümierte ein Lehrer zur aktuellen Situation der Schule. Das *Wie* des Umgangs in den schulischen Gemeinschaften ist nur zum Teil institutionell bedingt, letztlich liegt es an der Überlegung, Einsicht und Neuausrichtung des Einzelnen, eine Atmosphäre des Wohlwollens, der Achtsamkeit und der Sorge füreinander zu schaffen.

*Rüpel-Land auf Straßen und anderen Verkehrsflächen:* Tag für Tag führen Medien augenscheinlich vor Augen und Tag für Tag kann der einzelne Verkehrsteilnehmer am eigenen Leib erfahren, wie aggressiv Menschen auf Straßen, Parkplätzen u. ä. vielerorts geworden sind. Drängeln, Hupen, abwertende Gesten, Pöbeleien bis hin zu handfesten Auseinandersetzungen, sogar mit Einsatz von Waffen, prägen dieses Rüpel-Land.

Fußgänger und die Fahrer von Rädern, Mopeds, Motorrädern, Automobilen, Bussen usw. haben auf Verkehrsflächen miteinander zu tun. Geht man von einem rationalen Verhalten aus, so zeigt ein Einzelner deshalb aggressive Umgangsformen, weil er sich davon Vorteile im Sinne eines schnelleren Vorankommens verspricht. Die dadurch zu gewinnenden Zeitvorteile werden realiter allerdings weitaus überschätzt. Setzen Verkehrsteilnehmer jedoch aggressive Verhaltensweisen unabhängig vom Ziel der Zeitvorteile, so werden Straßen und andere Verkehrsflächen zur Projektionsfläche eigener Probleme und zum Ausleben von übertriebener Selbstliebe, von Neid und Missgunst, von Verachtung für Andere, von Narzissmus usw. missbraucht. In der Regel sind das rationale Zeit-Ziel und Irrationales vermengt.

Alle Verkehrsteilnehmer sind Teil einer Gemeinschaft; „die Teilnahme am (Straßen-)Verkehr erfordert ständige Vorsicht und gegenseitige Rücksicht(nahme)“ heißt es in den Grundregeln der Straßenverkehrsordnung.<sup>276</sup> Die Verkehrsteilnehmer sollen sich so verhalten, dass Andere nicht gefährdet werden<sup>277</sup>, „dass kein anderer geschädigt, gefährdet oder mehr, als nach den Umständen unvermeidbar, behindert oder belästigt wird“<sup>278</sup>. Zwischen diesen hehren gesetzten Grundwerten und dem realen Verkehrsalltag klafft allerdings eine große Lücke. Ein ebenso drastisches Missverhältnis ist aber auch auf Parkflächen, in Bussen oder Bahnen beobachtbar: Aggressionen gegenüber anderen Nutzern, gegenüber Fahrern oder gegenüber Kontrolleuren sind alltäglich geworden.

Zweifellos sind Verkehrsflächen Orte, an denen nahezu alle Kategorien von Mitgliedern der Gesellschaft, alle „Schichten“ aufeinander treffen; dementsprechend groß ist das Konfliktpotenzial. Grundsätzlich dürfte der folgende Zusammenhang häufig auftreten: Je homogener die Mitglieder einer Gemeinschaft sind, umso weniger konfliktträchtig ist das Aufeinandertreffen, oder anders formuliert: Je heterogener eine Gruppe zusammengesetzt ist, umso größer ist das Konfliktpotenzial (aus Neid und Missgunst etc.). Unterschiede mögen eine kurze Zeit hindurch attraktiv und positiv herausfordernd sein, in der längeren Frist und z. B. nach der Erkenntnis, einen Rückstand nicht aufholen zu können, können sich schnell Gefühle des Neids und Aggressionen einstellen.

Die Menschen einer staatlichen Gesellschaft unterscheiden sich in Bezug auf ihre Bildung, ihre Ausbildung, ihre Erwerbsarbeit, ihre Herzensbildung, ihr Einkommen, ihr Vermögen und andere sozioökonomische Faktoren, ferner durch ihre Einstellungen zum Selbst, zum Nächsten und zur (restlichen) Welt. Unterschiedlich nutzen sie Verkehrsflächen, nämlich als Fußgänger, als Rad-, als Autofahrer etc. All diese Unterschiede bieten Reibungsflächen in der Gesellschaft generell und auf Verkehrsflächen im Besonderen, denn dort können einzelne relativ homogene Gruppen von Menschen kaum unter sich bleiben. Offenbar ist diese Reibung heute eine sehr intensive geworden und die dabei entstehende „Energie“ ist in Form von Aggression erlebbar.

Sobald Menschen erkennen, dass auch die Menschen auf Verkehrsflächen eine Art von Gemeinschaft bilden, ist der erste Schritt auf dem Weg aus einem „falschen“ zu einem „richtigen“ Leben schon gesetzt.

*Rüpel-Land in der Politik:* Der liberale demokratische Rechtsstaat lebt vom Wettstreit politischer Ideen und vom Diskurs von Gesellschaftsmitgliedern, von institutionalisierten Interessenvertretungen und politischen Parteien. Vornehmlich geht es hierbei um die Meinungsbildung für die nationalen und auch internationalen gesetzgebenden Körperschaften, also für nationale und internationale Parlamente. Der Umgang der politischen Wettbewerber vornehmlich mit dem politischen „Gegner“, aber durchaus auch mit „Parteifreunden“, ist vielerorts, vielleicht sogar meist von Gelächter, Hohn, Untergriffen, Unterstellungen, Verletzungen, Intrigen u. ä. geprägt. Authentische und integre Persönlichkeiten, die einander über politische Grenzen hinweg in einem sachorientierten, friedlichen und respektvollen Ton begegnen, scheinen Ausnahmeerscheinungen zu sein. Für die Erlangung bzw. den Erhalt von Macht und von gut bezahlten Jobs werden offenbar viel Geld und oft auch das Gewissen geopfert.<sup>279</sup> Der öffentliche Diskurs war und ist vielerorts ein beschädigter, und er hat ein massives Sprachproblem: „Unzumutbare sprachliche Belästigungen“, wie z. B. verbale Entgleisungen, sprachliche Gewalt, Wut und Schaum vor dem Mund, lassen eine notwendige Bedingung für Diskurs vermissen, nämlich dass er „unter zivilisatorischen Mindeststandards stattfindet“.<sup>280</sup>

Schon ein kurzer Blick in die Geschichte der modernen Demokratie zeigt, wie fragil ein solches Konstrukt sein kann. Die politischen Auseinandersetzungen etwa in der *Weimarer Republik* oder in *Österreichs Erster Republik* (in der Zeit zwischen den beiden Weltkriegen) bieten ein unerschöpfliches Anschauungsmaterial dafür, wie man im politischen Wettbewerb *nicht* miteinander umgehen soll, um die Demokratie am Ende des Tages nicht zu verlieren. Untergriffe, Diffamierungen, Rufmord und Angriffe auf die körperliche Integrität lassen jedes Gespür und jede Achtung von dem Menschen und seiner Würde vermissen. Schon im meist gedankenlos gebrauchten Wort „Wahlkampf“ oder „Wahlschlacht“ schwingt etwas potenziell Gefährliches mit: Solange dieser „Kampf“, diese „Schlacht“ nach allgemein akzeptierten Regeln abläuft, ist die Redensweise in Ordnung, allerdings ist der Schritt darüber hinaus, nämlich zu einer nahezu regellosen „kriegerischen“ Auseinandersetzung mit „Vernichtungswillen“, oft ein kleiner.

Auch Persönlichkeiten, denen die heutige Geschichtsschreibung große Verdienste zugesteht, bedienten sich in der Retrospektive bei Parlamentsdebatten, in Wahlreden oder in Zeitungsartikeln vielfach eines Umgangstons gegenüber Andersdenkenden, der von tiefer Abneigung, von Ressentiments, von kriegerischen Motiven u. ä. geprägt ist; Respekt und Wertschätzung

scheinen hier oft fremd zu sein. Die Geschichte lehrt: „Sprachliche Gewalt ist die Vorstufe zur physischen Gewalt“, ein stark beschädigter öffentlicher Diskurs führt zu Totalitarismus und Krieg.<sup>281</sup>

Man würde annehmen, die katastrophalen Erfahrungen aus zahlreichen Bürgerkriegen, aus zwei Weltkriegen und aus der Schoa, die die Welt und vor allem die Menschheit in ihren Grundfesten erschütterten, diese Ereignisse lehrten die Menschen einen neuen Umgang miteinander, auch und besonders im politischen Wettbewerb. Zweifellos werden heute zumindest in der aufgeklärten Welt rassistische Äußerungen und Übergriffe abgelehnt, nicht geduldet, auch gerichtlich geahndet, doch darüber hinaus ist die Art und Weise der aktuellen politischen Auseinandersetzung nicht so viel anders als etwa in der verhängnisvollen Zwischenkriegszeit. Die ganze Palette rüpelhaften Verhaltens ist beobachtbar, von Spott und Häme, vielleicht sogar als „politische Satire“ maskiert, über das öffentliche Bloß-Stellen und „Fake-News“ bis hin zu Schnüffeleien, zum Errichten von Fallen, zur gerichtlichen Verfolgung vermeintlicher Vergehen, zum Entzug der materiellen Lebensgrundlagen usw. Und bei diesen Rüpeleien leistet so manches Massenmedium – auch wegen monetärer Interessen (Quoten, Auflagen) – willfährige Hilfe, oder es spielt sich gar selbst zu einem Kampagnenführer auf, nutzt also seinen Einfluss auf Menschen, seine „Macht“, um die politische Meinungsbildung massiv zu beeinflussen.

Liegt es im Wesen der pluralistischen Demokratie und auch des Menschen, Diskurse, Wettbewerb und Auseinandersetzungen in der Regel „hart“ auszutragen? Warum schütten Menschen über andere Spott und Häme? Treten im (politischen) Wettstreit die „schlechten“, die „falschen“ Seiten des Menschen zu Tage? Die Empirie kann einen nicht wirklich hoffnungsfroh stimmen, denn bei den meisten Wahl-„Kämpfen“ in demokratischen Ländern werden „schwere Geschütze“ – schon die Wortwahl ist verräterisch – aufgefahren! Der Teufelskreis nach unten bis hin zur Gefährdung des Diskurses, der Demokratie und der Würde des Menschen kann aber sehr wohl durchbrochen, gestoppt und umgedreht werden, nämlich zu einem *Weg nach oben*, auf dem im politischen Wettbewerb der Mensch und seine Würde an erster Stelle stehen, auf dem man dem Mitmenschen, auch wenn er andere Meinungen vertritt, Wertschätzung und vielleicht sogar Wohlwollen entbietet. Ein solcher Weg vermag aus dem „falschen“ politischen Leben zu einem „richtigen“ zu führen.

Inhaber politischer Ämter wirken vielfach als Vorbild, und zwar im Negativen wie im Positiven. So wie ein untergriffiger Ton im politischen Diskurs kann auch ein von Respekt, Achtsamkeit und Sorge getragener Umgang miteinander auf die Verhaltensweisen in anderen Gemeinschaften, wie z. B. in Unternehmen oder Familien, abfärben. Die aktiven Teilnehmer am politischen Diskurs und die Inhaber politischer Funktionen führen ihren Umgang miteinander täglich vor, in der Regel vermittelt durch Medien, die über den Transport von Information und die Kommentierung von Geschehnissen das Bild bei den Adressaten nicht unerheblich mit beeinflussen. Politiker und Medien wirken auf den „moralischen Grundwasserspiegel“ im Umgang der Menschen miteinander, auch hierfür tragen sie eine große Verantwortung.

*Rüpel-Land im Internet:* Das Internet ist zu einem „Brennpunkt“ des Verhaltens von Menschen geworden. Mittlerweile scheint es, als bestünden so gut wie keine Hemmschwellen mehr, als böte das Internet eine Plattform für das weitgehend straffreie Ausleben niedrigster Instinkte.<sup>282</sup>

Vornehmlich in sozialen Netzwerken scheinen die Sitten wahrlich entglitten zu sein. Unter dem Schutz von Alias-Namen und damit der Anonymität werden andere Menschen und Gruppierungen zum Teil aufs Ärgste beschimpft, diffamiert, bloßgestellt, mitunter wird ihnen auch die Existenzberechtigung abgesprochen und sogar zur Vernichtung aufgerufen. „Cyber-Mobbing“ ist zu einem Problem geworden, dem auch die Strafgerichtsbarkeit in weiten Teilen nahezu hilflos zusehen muss.

Das Internet bietet offenbar ein Feld, auf dem asoziales Verhalten – trotz erster ernsthafter juristischer Maßnahmen – weitgehend straffrei gelebt werden kann, wahrscheinlich lädt es dazu sogar ein. Dabei kann man fragen: Werden im Internet unter dem Schutz der Anonymität vorhandene und bislang verdrängte oder andernorts ausgelebte Aggressionen bloß kanalisiert und damit sichtbar oder induziert das Versteckt-bleiben-Können zusätzliche Aggressionen? Bemächtigt(en) sich gar die Asozialen des Internets, also Menschen, die die Würde anderer Menschen negieren oder die sich darüber einfach keine Gedanken machen, um ihren negativen Emotionen ohne Reflexion und Steuerung freien Lauf zu lassen? Müssen Internetnutzer erst durch einen expliziten Verhaltenskodex, durch einen „*Social-Media-Knigge*“ zu einem Mindestmaß an Anstand und Respekt aufgerufen, geführt oder gedrängt werden, weil anderenfalls ein Teufelskreis nach unten droht?<sup>283</sup>

Schien früher der Hass in der Gesellschaft auf ihre Ränder (rechts und links) beschränkt zu sein, so sind heute besonders anonyme Postings auch aus der einst schweigenden Mehrheit offenbar das Ventil für Neid, Missgunst und Vorurteile. Die Anonymität erspart Menschen die Kontrolle ihrer Impulse, ihr innerer Kern tritt hervor. Rüpel-Land Internet erinnert daran, dass wir „in keiner Gelehrtenrepublik leben“, wengleich die Frage bleibt, was tun? Soll oder kann man anonyme Postings verbannen, oder gilt die Devise: „*Wer ein Menschenfreund bleiben will, sollte keine Postings lesen*“?<sup>284</sup>

Unabkömmlich erscheinen uns eine erhöhte Sensibilität der Gesellschaft in Bezug auf rüpelhaftes Verhalten, vermittelt vornehmlich durch Sozialisationen (in Gemeinschaften wie Familie, Schule etc.), und der Appell an die Tradition der Aufklärung, an Vernunft, Freiheit und Verantwortung!

Für den großen Philosophen *Immanuel Kant* liegt der moralische Wert einer Handlung im Beweggrund, im Motiv, ihm zufolge gehe es bei der Moral nicht um eine egoistische Nutzenmaximierung oder Ähnliches, sondern um die Achtung des *Menschen als Zweck an sich*. Nach *Kant* ist der Mensch zur Freiheit und zur Vernunft berufen und als solcher verdiene er Würde und Respekt; diese Würde des Menschen ist auch die Basis für nicht verhandelbare Menschenrechte. „Freiheit“ bedeutet hier, die Zwecke und Ziele seines Handelns selbst festlegen zu können, wobei der Mensch niemals nur Instrument sein dürfe, denn er sei eben „Zweck an sich“.

*Kants* Ethik ist eine Vernunftethik, die über persönlichen Interessen, Wünschen, Begierden, Verlangen, Kalkülen etc. steht; eine Handlung aus Berechnung habe keinen sittlichen Wert, sittlich wertvoll sei nur die Handlung aus „Pflicht“, d. h. man tut etwas, weil es „richtig“ (!) ist und nicht, weil es für einen Nutzen stiftet oder üblich ist. *Kant* sieht

- bei der „Sittlichkeit“ den Gegensatz zwischen Pflicht und Neigung, hierbei fragt er nach dem Beweggrund einer Handlung,

- bei der „Freiheit“ den Gegensatz zwischen Selbst- und Fremdbestimmung; hierbei fragt er danach, wer die Ziele setzt, und
- bei der „Vernunft“ den Gegensatz zwischen kategorischem und hypothetischem Imperativ.<sup>285</sup>

Der „*hypothetische Imperativ*“ baut auf einer *instrumentellen Vernunft* in der Weise auf: „Wenn man A will, dann mache B.“ Eine solche Rationalität legt so manche – sich wertfrei verstehende – wissenschaftliche Disziplin zugrunde, wie z. B. die Betriebswirtschaftslehre: Sie geht von exogen vorliegenden Zwecken und Zielen des Wirtschaftsakteurs aus, sagt also nicht, diese oder jene Ziele soll ein Handelnder verfolgen, vielmehr setzt sie ein Zielsystem als gegeben voraus; als wissenschaftliche Disziplin beschäftigt sie sich dann damit, welche wirtschaftliche Handlungen eine bestmögliche Zielerreichung versprechen, sie fokussiert auf die Beziehung zwischen aufgewandten Mitteln (eingesetzten Produktionsfaktoren, Kosten) und vorliegenden Zielen (ökonomischen Zielen wie Gewinn oder Marktanteil, ökologischen Zielen wie Schadstoffausstoß oder Recycling, sozialen Zielen wie Zufriedenheit oder Fluktuation, technischen Zielen wie Innovation oder Auslastung). Diese instrumentelle Vernunft fragt, welche Instrumente sind einzusetzen, um einen vorliegenden Zweck zu erreichen.

Der instrumentellen Vernunft entsprechend können neben Sachen und Tieren auch Menschen eingesetzt, also instrumentalisiert werden, um bestimmte Ziele zu erreichen. Die Sichtweise, auch Menschen für die Erreichung eigener Zwecke zu instrumentalisieren, ist sowohl im alltäglichen Leben als auch in wissenschaftlichen Disziplinen üblich und gemeinhin wird sie auch gar nicht hinterfragt. So spricht man etwa im sog. „Humanressourcen-Management“, also in der wissenschaftlichen Lehre zur Führung von „Personal“, davon, dass Menschen in Unternehmen eine „Funktion“ zu erfüllen hätten, dass sie Mittel oder Instrument zur Erreichung von Zielen seien.<sup>286</sup>

Mit dem „*kategorischen Imperativ*“ stellt *Kant* der instrumentellen Vernunft eine „a priori gesetzgebende“ gegenüber. Hierbei geht es nicht um vorliegende, also empirische Zwecke (einzelner Menschen oder von Einrichtungen wie Unternehmen), sondern um „unbedingte“, um „kategorische“, um Gültigkeiten ohne Einschränkung. Der „*kategorische Imperativ 1*“: „Handle nur nach derjenigen *Maxime*, durch die du zugleich wollen kannst, dass sie ein allgemeines Gesetz werde“ fragt, ob eine *Maxime*, also ein Prinzip oder Beweggrund des Handelns, *verallgemeinerbar* ist. Hiermit wird also die Frage gestellt, was geschähe, würden alle Menschen so handeln. Das klingt fast nach einer moralischen Binsenweisheit, die mit dem kategorischen Imperativ ausgedrückt wird, doch *Kant* legt den Fokus nicht auf die Folgen des Handelns, des Tuns aller, sondern auf den *Beweggrund*: Persönliche Interessen, Vorlieben, Wünsche etc. sollen jenen der Allgemeinheit, der Gemeinschaft untergeordnet werden; der Einzelne soll über seine Beweggründe des Handelns – im Sinne ihrer *Verallgemeinerbarkeit* – reflektieren und sich in seiner Ich-Bezogenheit zurücknehmen!

Mit dem „*kategorischen Imperativ 2*“: „Personen sind Zweck an sich“ arbeitet *Kant* die *Würde* und das Handeln entsprechend dieser Würde des Menschen heraus; Menschen sollen niemals für persönliche Zwecke instrumentalisiert und hiermit missbraucht werden. So zu handeln, dass es der Würde der Menschen entspricht, und zwar der Würde der Anderen und der eigenen, mag im Detail einen großen Handlungsspielraum bieten, doch essentiell ist die Botschaft: Der Mensch soll seine Mitmenschen und sich selbst achten, also ihnen und sich selbst *in Achtsamkeit und Sorge begegnen!*<sup>287</sup>

Der kategorische Imperativ 2 schließt u. a. auch den *Suizid* aus. Eine Selbsttötung kann vom Ziel getragen sein, einem durch und durch falschen Leben zu entkommen; hierbei benutzt der Mensch sich selbst als Mittel, als Instrument, um das eigene Leiden in einem falschen Leben zu beenden. *Kant* zufolge habe der Mensch kein Recht auf Selbsttötung, sondern quasi die *Pflicht zu leben!* Die Freiheit des Menschen schließe nicht die freie Wahl über den Zeitpunkt des Ablebens ein.

Doch seit *Immanuel Kant* sind mehr als zweihundert Jahre vergangen. Große Fortschritte in der Medizin und andere massiv verbesserte Lebensumstände führen heute zur Diskussion, inwieweit in bestimmten Situationen eine Selbsttötung eine akzeptable Handlungsoption des Menschen sein könne. Verstößt ein selbst vollzogener oder begleiteter Suizid gegen die Würde des Menschen?

Was ist ein „würdevolles Ende des Lebens“? Die Ehrfurcht vor und der Schutz des Lebens sind zentraler und unverrückbarer Teil der universalen Menschenrechte. Jeder Mensch hat das Recht auf Leben, auf seine körperliche Unversehrtheit, auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit (unter Berücksichtigung der Rechte anderer Menschen) usw., kein Mensch darf einen anderen physisch oder psychisch quälen, verletzen oder töten. Das menschliche Leben ist kostbar und unter allen Bedingungen zu schützen. Die moderne Medizin ist heute in der Lage, erstens das Sterben weitgehend schmerzfrei zu gestalten und zweitens den Zeitpunkt des Sterbens sehr lange hinauszuzögern. Es ist Konsens, das Leben unbedingt zu schützen, Dissens besteht allerdings in Bezug auf die „Selbstverantwortung im Sterben“.<sup>288</sup>

Zur „Kunst des Lebens“ gehört auch eine „Kunst des Sterbens (*ars moriendi*)“. Das Leben kann einem Menschen als unerträglich erscheinen, etwa wegen einer unheilbaren und mit großen Schmerzen und/oder Einschränkungen einhergehenden Erkrankung, wie das bei einem metastasierenden Krebs oder Demenz häufig der Fall ist. Kann dieser Mensch – und nur dieser selbst und sofern er dazu (noch) in der Lage ist – in eigener Verantwortung über den Zeitpunkt und die Art seines Sterbens entscheiden? Persönlichkeiten wie der Theologe *Hans Küng* (\*1928) bejahen diese Frage: So könne der Mensch sein Leben menschenwürdig leben und sich vom Leben menschenwürdig verabschieden.<sup>289</sup>

Ein „richtiges“, d. h. „schönes“, „glückliches“ oder „leichtes“ Sterben ist eines in einem inneren Frieden, in einer tiefen Zufriedenheit und Dankbarkeit für das Leben und den darin für sich entwickelten Lebenssinn. Vielleicht ist es auch ein Leben, das eine transzendente Perspektive und damit die Hoffnung auf ein endgültig gelingendes ewiges Leben bietet. Ohne eine transzendente Aussicht kann sich im Leben eine große Angst vor dem Nicht-Sein einstellen. Mit dem Glauben, nicht in ein Nichts hinein zu sterben, ist die Angst vor dem Sterben abgeschwächt, vielleicht verschwindet sie sogar.<sup>290</sup>

Gerade aus theologischer Sicht ist das *selbstbestimmte Sterben* ein heikles Thema; im *Mainstream* gilt es als eine Absage an das Ja Gottes zum Menschen. Andere wie *Hans Küng* bringen dagegen vor, dass das Gnadengeschenk Leben auch *Verantwortung* bedeute und warum solle diese Verantwortung des Menschen in der letzten Phase, also im Sterben aufhören? So wie man im Leben für *seine Talente* die Verantwortung trage, sie zum Besten der Welt, der Menschen und für sich selbst zu entwickeln, oder so wie der Mensch zu einem verantwortungsvollen Umgang mit der *Schöpfung* aufgerufen sei, so trage er auch die Verantwortung für *sein Sterben*. Gott würde keineswegs Menschen aus ihrem irdischen Leben in



einem bestimmten Zeitpunkt zu sich berufen, der Mensch solle vielmehr in jenem Zeitpunkt von seinem Leben Abschied nehmen, den er in seinem Gewissen und Gottvertrauen zu erkennen hofft.<sup>291</sup>

Sobald man im Leben mehr sieht als ein „rein biologisch-vegetatives Leben mit Inkontinenz, Katheter, Magensonde und schwärenden Wunden“, entsteht die Frage der „frei verantworteten Rückgabe eines definitiv zerstörten Lebens unter unerträglichem Leiden“. Gerade für gläubige Christen, Juden, Muslime u. a. entsteht diese Frage, geht der Mensch doch mit dem Sterben in die „Unendlichkeit“, in die „ewige Glückseligkeit“ auf, die „Gott“ genannt wird. Der Tod würde das Leben nicht nehmen, sondern verändern, er sei kein willkürlicher Eingriff Gottes, sondern ein Auffangen durch Gott. Das Sterben sei „kein Enden“, „kein Verenden, sondern ein Vollenden“, d. h. der endliche Mensch gehe in die Unendlichkeit ein. So wie der Mensch im Leben dazu aufgerufen sei, gegen das – individuelle und gesellschaftliche – Leid anzukämpfen, was das Engagement gegen Armut, Hunger, soziale Missstände etc. einschließt, so brauche er in seinem Sterben nicht plötzlich das Leid quasi zu suchen. Die Entscheidung über den Zeitpunkt und die Art des eigenen Sterbens, über einen Alterssuizid (aus Gottvertrauen) und ebenso über eine Unterstützung für Mitmenschen auf diesem Wege vereinigt Dankbarkeit und Verantwortung, Demut und Selbstbestimmung, Gelassenheit und freies Handeln und – für gläubige Menschen – auch „Glaube und verantwortliches Handeln vor Gott“.<sup>292</sup>

Nach Kant gilt die *allgemeine Achtung* dem Menschen als solchen: Der Mensch ist zu Freiheit und Vernunft berufen, er trägt Verantwortung für sein Leben, zu dem auch das Sterben gehört, und als solcher verdient er Achtung! Die daraus ableitbaren „universalen Menschenrechte“ sind Rechte aller Menschen, unabhängig davon, wo sie leben und ob man sie kennt oder nicht. Neben dieser allgemein zu erweisenden Achtung können *spezielle menschliche Bindungen* eingegangen werden, wie z. B. Freundschaft, Zuneigung, Liebe, Solidarität usw.; sie kommen zur allgemeinen Achtung hinzu.<sup>293</sup>

Handelt der Mensch nach dem hypothetischen Imperativ, dann verfolgt er Interessen, dann will er Nutzen wie Geld, Besitz, Macht oder Ansehen erreichen. Die individuellen Interessen des Menschen determinieren seine Handlungen, insofern steht er in seinem Handeln unter dem Diktat seiner Ziele. Nach dem kategorischen Imperativ, also moralisch, handeln bedeutet, bei seinem Handeln der Diktatur des persönlichen Begehrens zu entkommen, „frei“ im Sinne von selbstbestimmt zu handeln. Diese Art von „Vernunft“ und die „Freiheit“ führen zu „Sittlichkeit“, die über individuellen Interessen und Begierden steht.<sup>294</sup>

Der Mensch ist sowohl „Naturwesen“ als auch „Vernunftwesen“. Als Naturwesen gehört er zur Sinnenwelt, als Vernunftwesen zur Verstandes- oder intelligiblen Welt. Innerhalb der Verstandeswelt ist der Mensch zur Autonomie, zum freien Handeln unabhängig von den Naturgesetzen und damit zum sittlichen Verhalten fähig. Die Naturwissenschaften fokussieren auf die Sinnenwelt, insofern können sie sittliche (moralische) Fragen nicht erfassen. Da der Mensch in beiden Welten, also nicht nur in der Verstandeswelt lebt, tut sich potenziell eine Lücke auf zwischen dem, was er – dem kategorischen Imperativ gemäß – tun sollte, was also sittlich geboten ist, und dem, was er auch aufgrund seiner körperlichen Verfasstheit tatsächlich tut.<sup>295</sup>

„Sittlich“ im Sinne von *Kant* zu handeln, bedeutet auch, nicht zu lügen, die *Lüge* ist mit dem kategorischen Imperativ nicht vereinbar; bei dieser Pflicht zur Wahrheit liegt der Fokus auf dem Prinzip und nicht auf den Folgen. Zwei Arten von vielerorts akzeptierten Lügen seien dennoch kurz betrachtet: Die „*fromme Lüge*“ ist von der Angst vor unerwünschten Folgen einer wahren Aussage geprägt und will die „Gefühle“ des Gegenübers zumindest schonen. *Kant* missbilligt die fromme Lüge, diese Form der Lüge würdigt nicht die Pflicht zur Wahrheit. Die „*wahre, aber irreführende Aussage*“, die etwa aus Höflichkeit getan wird, ist zwar eine wahre Aussage, da sie wichtige Aspekte des Sachverhalts aber nicht nennt, wird das Gegenüber in die Irre geführt. Diese Aussage würdigt die Pflicht zur Wahrheit, sie gefährdet nicht den kategorischen Imperativ.<sup>296</sup>

Sittlich geboten im Sinne von *Kant*, also „richtig“, erscheint uns ferner, dass Menschen am eigenen und am Dasein des Anderen interessiert sind, sie also an sich und aneinander *Anteil nehmen*, dass sie zu Mitleid und Empathie fähig sind und dass sie darüber hinaus einander *Wohlwollen* entgegenbringen, also den Mitmenschen dabei unterstützen, sein Wohl zu finden. „Rüpel-Land“ lässt Achtung, Anteilnahme und Wohlwollen vermissen; mithin wird dort übersehen, dass die Menschen nicht neben-, sondern miteinander als soziale Wesen in Gemeinschaften leben.

## „Rüpel-Land“ und Hinwendung auf das Du

Die Feststellung, dass alle gesellschaftlichen Bereiche für rüpelhaftes Verhalten offen sind, führt zur grundsätzlichen Frage: Ist die Grundeinstellung des Menschen eine soziale oder asoziale? Ist der Mensch „von Natur aus“ gut, ist er mitfühlend und hilfsbereit, sucht er vertrauensvolle, kooperative Beziehungen, will er ein gedeihliches gemeinschaftliches Zusammenleben usw.?

Wie der Mensch grundsätzlich disponiert ist, das beschäftigt seit alters her. *Jean-Jacques Rousseau* (1712 bis 1778) etwa meinte, die gute Natur des Menschen sei erst durch unheilvolle gesellschaftliche Bedingungen gefährdet, ja verloren gegangen, sie sei aber durchaus wiederherstellbar. *Thomas Hobbes* sah dagegen, dass der Mensch von Natur aus gewalttätig und verroht wäre, dass Menschen füreinander „Wölfe“, also Raubtiere wären, die stets kampfbereit und aggressiv sind und die übereinander mit roher Gewalt herfallen; Selbsterhaltung, Streben nach Macht und nach Anerkennung führten zu Konkurrenz, Misstrauen und Krieg. Folglich müsse diese böse Natur des Menschen kraft einer kalkulierenden Vernunft durch einen starken Staat, in dem Rechtsnormen gesetzt und durchgesetzt werden und damit Sicherheit – auch vor Vertragsbruch – entsteht, gebändigt werden.

Im großen staatsphilosophischen Roman „*Utopia*“, der eine umfassende Theorie des Sozialstaats entwirft und auch heute noch eine Herausforderung für Staatswesen zur Verbesserung der sozialen Gerechtigkeit ist, offenbart *Thomas Morus* (1478 bis 1535) klar die zentrale Schwäche eines solchen Staates: die Überschätzung der Vernunft. „Denn es ist unmöglich, dass alles gut ist, es sei denn, dass alle Menschen gut wären; aber das erwarte ich für eine ganze Reihe von Jahren noch nicht.“<sup>297</sup>

Moderne Untersuchungen zur sozialen Orientierung des Menschen lassen vermuten, dass der Mensch zumindest Ansätze zu einem Denken und Handeln in kooperativen Gruppen, zu Vertrauen, Rücksichtnahme und Hilfsbereitschaft in sich trägt; Experimente zeigen, dass

auch schon Kleinkinder – zumindest in bestimmten Situationen – hilfsbereit und kooperativ sind.<sup>298</sup>

*Charles Darwin* (1809 bis 1882), der Begründer der modernen Evolutionstheorie, misst der grundsätzlichen sozialen Orientierung einen großen Wert in der Entwicklung und im Wettbewerb der Arten zu. Die Suche nach Gemeinschaft sei ein dominanter Instinkt des Menschen und dieser soziale Instinkt sei ein zentraler Grund für den – zumindest aus menschlicher Perspektive – großen Erfolg des Menschen im biologischen Wettbewerb der Arten. Für das Überleben und die Weiterentwicklung von Arten würden sich die Zusammenarbeit und die Solidarität in Gruppen bezahlt machen: In Familien bedeuten sie mehr Nachkommen und verbesserte Überlebenschancen, in Clans mit Vertrauen zwischen den Familien kann sich eine arbeitsteilige Wirtschaft mit Spezialisierungsvorteilen und Tausch entwickeln, in Stämmen mit der Unterordnung von Claninteressen geht nicht Kraft mit internen Querelen unnötig verloren, sondern es können das Stammesgebiet und die Ernährungsgrundlagen gesichert werden usw.<sup>299</sup>

Der Fähigkeit des Menschen, miteinander gut auszukommen, Vertrauen aufzubauen, seinen eigenen Vorteil zu Gunsten der Gemeinschaft hintanzustellen und sich für das Wohl des und der Anderen einzubringen, verdankt die Menschheit ihre Kultur, ihre gesamte Zivilisation; das ist das *eine* mögliche Gesicht des Menschen. „Rüpel-Land“ als – allgegenwärtiges – empirisches Faktum zeigt das *andere* mögliche Gesicht des Menschen.

- Der Mensch ist schon aus Gründen des Wettbewerbs der Arten kooperationsbereit und in seinem Denken und Handeln auch auf das Wohl des und der Anderen ausgerichtet.
- Ebenso sucht der Mensch egoistisch nach seinem Vorteil, missbraucht Vertrauen, beutet Andere aus, fügt Schaden dem und den Anderen zu, handelt zu Lasten anderer Menschen etc.<sup>300</sup>

*Hilfsbereitschaft* auf der einen, *egoistische Vorteilssuche* auf der anderen Seite könnte man resümieren. Doch welches Gesicht der Mensch in der einzelnen Situation zeigt, hängt offenbar von den Merkmalen der Situation stark ab. Es sind die konkreten Bedingungen, die „gutes“ oder „böses“, „richtiges“ oder „falsches“ Verhalten begünstigen. Die Kenntnis solcher Bedingungen kann helfen, erstens menschliches Verhalten vorherzusagen und zweitens die Bedingungen so zu gestalten, dass gewünschtes Verhalten gefördert wird.<sup>301</sup>

Das menschliche Miteinander in Gruppen, letztlich in der Gesellschaft kann als sog. „Sozialkapital“ ausgedrückt werden. Hierbei geht es vornehmlich um das *Vertrauen* in der Gemeinschaft, erstens Vertrauen in die unmittelbare Reaktion von Menschen der Gruppe auf eigenes Tun und Sein, zweitens Vertrauen in die zeitlich weiter entfernten Reaktionen von Menschen.

Vertrauen in die unmittelbare Reaktion anderer Menschen braucht vor allem jemand, der eigene Vorteile zu Gunsten Anderer hintanstellt, also einen Vertrauensvorschuss im Interesse von Kooperation gibt; in der Spieltheorie wird diese Situation – etwas unglücklich – als „Gefangenen-Dilemma“ bezeichnet. Dabei geht es im Kern um die folgende Situation zweier Akteure: Maximiert der eine Akteur seine eigenen Vorteile in egoistischer Weise, auch dadurch, dass er dem Anderen Schaden zufügt, ihn also ausbeutet („Defektion“), so erreicht er (zwar) einen ansehnlichen Gewinn. Würde er allerdings dem Anderen einen Vertrauens-

vorschuss geben, mit ihm zusammenarbeiten wollen („*Kooperation*“), dann kann der Andere entweder defektieren und seinen Gewinn auf Kosten des Anderen maximieren oder kooperieren, also das Vertrauen nicht ausnutzen. Im „Spielzug“ der beiderseitigen Kooperation kann eine Vorteilssumme erreicht werden, die keiner der Spieler bei einer individualistischen Defektionsstrategie hätte erreichen können. Ohne Vertrauensvorschuss und Vertrauen in die Kooperationsbereitschaft des Anderen kommt es mithin zu einem suboptimalen Ergebnis für alle Akteure.

Vertrauen in die zeitlich weiter entfernte Reaktion des Anderen bedeutet *Verlässlichkeit* z. B. in Bezug auf die Einhaltung von Versprechen. Diese Art von Vertrauen ist unabdingbar beim sog. „Gratifikations- oder Belohnungsaufschub“.

Der Psychologe *Walter Mischel* wurde hierzu mit dem „*Marshmallow-Test*“ berühmt: Kindern wurde ein verlockendes Angebot gemacht: Jedes erhielt ein Marshmallow, eine beliebte Süßigkeit aus weißem Zuckerschaum, mit der Wahl, das eine Stück sofort aufzuessen oder zu warten, bis der Versuchsleiter wieder kommt, um dann zur Belohnung ein zweites Marshmallow zusätzlich zu erhalten. Einige Kinder konnten warten, um das Doppelte zu erhalten, andere konnten nicht widerstehen. Der Test zeigt die „Fähigkeit zum *Gratifikationsaufschub*“, er spiegelt die Willensstärke wider.<sup>302</sup>

In der Folge erhob man, wie sich die damals getesteten Kinder in ihren Leben weiterentwickelten: Die Geduldigen zeigten Stressresistenz, Sozialkompetenz und Zuverlässigkeit und besonders waren sie in der Lage, auf ein weiter entferntes Ziel hinzuarbeiten, also Belohnung aufzuschieben. Die Ungeduldigen zeigten Stressanfälligkeit, Sturheit, Ungeduld und Neid. Daraus schloss man auch, dass die Willensstärke und die Willensschwäche relativ stabile Eigenschaften und vornehmlich angeboren wären.<sup>303</sup>

Weitere Studien hierzu fokussierten auf die Konstanz der Fähigkeit zum Gratifikationsaufschub. Ein zentrales Ergebnis besteht darin, dass bisherige Erfahrungen mit der Umwelt, dass vornehmlich das – bestätigte oder erschütterte – Vertrauen in die Einhaltung von Versprechen zentral dafür sind, ob Menschen zu Gunsten künftiger Belohnungen auf aktuelle Glücksmomente zu verzichten in der Lage sind. Macht man die Erfahrung, Vertrauen wird nicht enttäuscht oder ausgebeutet, so steigt die Fähigkeit zum Belohnungsaufschub.<sup>304</sup> Und eine solche Fähigkeit ist etwa in Lebensbereichen wie Schule, Universität, Beruf, aber auch Partnerschaft und Familie eine große Hilfe.

Mit der Höhe des Sozialkapitals in einer Gesellschaft korrelieren positiv die Sicherheit des Einzelnen (im Sinne einer niedrigen Kriminalitätsrate) und die Lebenserwartung. Fallen Menschen potenziell übereinander her, dann müsste jeder tagein und tagaus große Ressourcen für die Sicherung seines Lebens und seines Besitzes einsetzen, diese Mittel fehlen für die Gewinnung anderweitiger Güter im Leben des Einzelnen. Misstrauen des Menschen ruft wohl seine niedrigsten Instinkte wach: Missgunst, Neid, Bosheit, Aggression usw. übernehmen das Steuer im Denken und Tun.

Begegnen Menschen einander allerdings im Vertrauen (aufgrund eigener Einsicht, eigener eingeübter Grundhaltungen oder akzeptierter Rechtsnormen), dann bindet die Sicherung des eigenen Lebens und des Besitzes kaum Ressourcen, die Menschen können sich deutlich intensiver der Befriedigung „höherer“ Bedürfnisse widmen. Obendrein bringen sich viele

auch in die sog. „Zivilgesellschaft“ ein, in der es um ein aktives Engagement für gesellschaftliche Ziele im Umweltschutz, im Sozialen usw. geht. Vertrauen lässt die niedrigen Instinkte des Menschen in seinem Denken und Tun zurücktreten, es kommt zu einer *Sublimierung* der dunklen Seiten des Menschen.

Was begünstigt Misstrauen, das Auseinander-Driften und das Zerfallen von Gemeinschaften? Rüpelhaftes Verhalten dürfte Menschen umso leichter fallen, je weniger sie voneinander wissen, je fremder sie einander sind; Anonymität unterminiert Vertrauen in den Anderen. Sind Menschen die meiste Zeit nur mit sich selbst beschäftigt, ziehen sie sich zurück, leben sie ihr Leben zunehmend individualistisch, so sind Egoismus, Misstrauen und auch Aggression anderen Menschen gegenüber nicht weit entfernt. Übertriebener *Individualismus* vermag bestehende Gemeinschaften zu zerstören und neue zu verhindern. Wenngleich auch übertriebener Kollektivismus nach den Erfahrungen vor allem des 20. Jahrhunderts mit Schoa und zwei Weltkriegen zu großen Verwerfungen führt. Letztlich geht es um ein sensibles Ausbalancieren.<sup>305</sup>

Hinter dem Trend (in der westlichen Welt) zum Individualismus steht eine spezifische Vorstellung von „*Freiheit*“, die verwirklicht werden soll. Auf makroökonomischer Ebene kam es im Zuge und Gefolge von „Reagonomics“ und „Thatcherismus“ zu einer gravierenden *Deregulierung* im Waren-, Güter-, Dienstleistungs- und Kapitalverkehr, im Banken-, Handels- und Energiewesen usw. Eine weitestgehend deregulierte Wirtschaft sollte sich ungebremsst entfalten und, so die Erwartung, zur Steigerung des Wohlstands aller beitragen. Die Erfahrung der jüngsten Finanz- und Wirtschaftskrise lehrt, dass diese Erwartung naiv und undifferenziert war; ungeachtet des Problems, Wohlstandseffekte – über Größen wie Bruttoinlandsprodukt hinaus – zu messen, verschärfte sich die gesellschaftliche Ungleichheit der Einkommen und vor allem der Vermögensbestände.

Der Individualismus und das daraus folgende Credo der Deregulierung betreffen vielerorts auch den *Arbeitsmarkt*. Flexibilität, Mobilität, mehr Eigenverantwortung usw. lauten Schlagworte. Realiter sind – neben positiven Effekten wie niedrigeren Verwaltungskosten u. ä. – gravierende negative Auswirkungen nicht zu übersehen: Die Zahl prekärer Arbeitsverhältnisse nimmt Besorgnis erregend zu, Einkommen daraus reichen vielfach nicht aus, um den eigenen, geschweige denn den Lebensunterhalt einer ganzen Familie mit Kindern abzudecken, bislang Unselbständige werden zu (Schein-)Selbständigen, statt in die Stammebelegschaft aufgenommen zu werden, Menschen sind nunmehr Leiharbeiter mit nur geringem oder keinem Kündigungsschutz, die im Berufsalltag da und dort eine schlechte Behandlung, ja sogar Geringschätzung erfahren. Der unseres Erachtens bedenkliche Gipfel der Arbeitsmarktderegulierung wird erreicht, wenn Menschen in Unternehmen z. B. der Bauindustrie oder des Schlachtwesens mittels Werkvertrags „eingestellt“ werden: Sie sind nicht Beschäftigte des Unternehmens, als solche hätten sie eine Arbeitsleistung gegen Entgelt (Gehalt, Lohn) zu erbringen, sondern sie schulden dem Unternehmen ein Gewerk, also ein Ergebnis von Arbeit, für das das Unternehmen eine Kostenpauschale bezahlt. Während Leiharbeit noch durch die Personalabteilung beschafft wird und im Unternehmen zu „Gehalts- und Lohnkosten (Personalkosten)“ führt, werden die Leistungen von Werkvertragslern durch die Einkaufsabteilung bezogen und sie zeigen sich im Unternehmen als „Material- oder Sachkosten“, so dass der Bezug zu einem dahinter stehenden und vom Unternehmen beschäftigten Menschen verloren geht. Die Zunahme von Leih- und von werkvertragsbasierter Arbeit reduziert Kosten, in der Regel stellen diese Arbeitsformen eine Art Lohndumping dar.<sup>306</sup>

Übertriebener Individualismus lässt die Menschen einer Gesellschaft zu sog. „*Ichlingen*“ werden; dieser sieht sich im Leben auf sich allein gestellt, sein primäres Lebensziel ist auf sein eigenes Wohl fokussiert, Andere stören im Zweifelsfall seinen individualistischen Lebensvollzug. Vertrauen wird in einer solchen Gesellschaft zur Mangelware: Der Einzelne traut dem Anderen nicht mehr über den Weg. Das fehlende Sozialkapital zeigt sich in Misstrauen, Angst und Aggression.<sup>307</sup>

Moderne elektronische Möglichkeiten der Kommunikation wie Facebook, Twitter usw. werden als „soziale“ Netzwerke bezeichnet. Angesichts ihrer weltweiten Ausdehnung und intensiven Nutzung würde man annehmen, dass sie zur Entstehung neuen Sozialkapitals massiv beitragen. Zweifellos verändern diese Netzwerke die Art der Kommunikation; sie ist sehr schnell, weniger hierarchisch als persönliche Gespräche, bietet Zugang zu mehr Menschen, in sie sind auch solche Mitglieder der Gesellschaft eingebunden, die sonst kaum die Möglichkeit der Teilnahme am gesellschaftlichen Diskurs haben usw. Der Aufbau einer *Vertrauensbasis* zwischen Menschen ist damit allerdings noch nicht möglich, denn Vertrauensaufbau braucht auch eine nonverbale Kommunikation, die in der Regel nur von Angesicht zu Angesicht funktioniert. Ferner braucht Vertrauen das Kennen des Anderen; Anonymität lässt häufig die dunkelsten Seiten des Menschen hervortreten. Fehlendes Vertrauen führt zum bedauernden empirischen Faktum, dass zahlreiche Diskussionen im Netz schnell in Aggressionen (Untergriffe, Beleidigungen, Beschimpfungen, Drohungen etc.) münden.<sup>308</sup>

Moderne soziale Netzwerke lassen mithin kaum Vertrauen zwischen den Teilnehmern zu. Darin ausgelebte Aggressionen verwandeln sie realiter schnell zu „anti-sozialen“ Netzwerken, d. h. darin kommunizierende Menschen stehen einander meist unverbindlich und häufig sogar feindselig gegenüber. „Wir verlernen, Menschen unter Menschen zu sein.“<sup>309</sup> Der Aufbau echter menschlicher Gemeinschaften, zu denen Vertrauen, Achtsamkeit und Sorge gehören, gelingt immer seltener.

Menschliche Gemeinschaften leben von Empathie und von einem Mindestmaß an Gleichheit. Der erste Grundpfeiler ist das *Einfühlungsvermögen*, es schafft das für Gemeinschaften nötige Band zwischen Menschen, das z. B. rücksichtsloses und verletzendes Verhalten zurückdrängt und ein Klima der Wertschätzung und des Wohlwollens schafft. Der zweite Grundpfeiler ist eine *Balance aus Elite und Egalität*: Jede Gesellschaft weist Eliten auf, und zwar in unterschiedlichen Perspektiven, vornehmlich in Bezug auf die politische Meinungsbildung, auf die Einkommens- und Vermögensverteilung und auf die Bildung. Gleichzeitig ist in westlichen Demokratien der Grundsatz des allgemeinen und gleichen Wahlrechts aller Bürgerinnen und Bürger selbstverständlich. Inwieweit es konkret eines sozialen Ausgleichs zwischen den Mitgliedern der Gemeinschaft bedarf oder inwieweit Bildung vererbt wird, ist Gegenstand zum Teil heftig geführter Diskurse. Unumstritten ist dabei in der Regel, dass eine zu große Ungleichheit letztlich auch die Positionen der Elite der Gesellschaft gefährdet.

Große Ungleichheit führt zu großer Unsicherheit in der Gesellschaft, sie provoziert aggressive Akte, sie destabilisiert eine Gesellschaft und stellt letztlich die Eliten selbst in Frage. Folglich muss auch die Elite ein eminentes Interesse an einer nicht ausufernden Ungleichheit, an einer Begrenzung von Ungleichheit haben. Gezogen wird diese Grenze in einem gesellschaftlichen Diskurs, und zwar immer wieder aufs Neue. Dass etwa die USA, ein Land mit sehr großer wirtschaftlicher Ungleichheit, weltweit die meisten Gefängnisinsassen pro Einwohner

aufweist, ist unseres Erachtens Ausfluss der eklatanten sozialen Ungleichheit. Offenbar korrelieren soziale Ungleichheit und Kriminalitätsraten stark positiv.

Große soziale Ungleichheit führt zu sozialer Ausgrenzung, d. h. „relativ Arme“ – also gemessen im Verhältnis zum relevanten sozialen Umfeld – können am gesellschaftlichen Leben nur eingeschränkt teilnehmen. Die mangelnde Teilhabe kann z. B. die Versorgung mit menschenwürdigem Wohnraum oder mit ausreichenden und qualitativ hochwertigen Lebensmitteln, den Zugang zu Gesundheits- und Bildungsleistungen usw. betreffen. Soziale Ausgrenzung schafft Wunden in der menschlichen Seele, sie verursacht Schmerzen. Und Schmerzen vermögen aggressive Reaktionen der Verletzten gegen die (vermeintlichen) Verursacher, auch gegen „die Gesellschaft“ auszulösen. Die Ursachenkette lautet mithin:<sup>310</sup>

*Ungleichheit → soziale Ausgrenzung → Schmerzen → Aggression.*

Die Grunddisposition des Menschen ist eine soziale. Diese alte Erkenntnis wird durch die moderne Hirnforschung naturwissenschaftlich untermauert. Der Mensch ist *erstens* nicht auf eine individualistische und egoistische Nutzenmaximierung, sondern auf kooperative Beziehungen zu anderen Menschen hin ausgerichtet.<sup>311</sup> *Zweitens* wohnt der menschlichen Natur eine Art Fairness-Messfühler inne: In seinem Denken und Tun ist der Mensch auf eine möglichst faire Verteilung von Ressourcen ausgerichtet.<sup>312</sup> „Kooperation“ und „Fairness“ verhindern, dass der Teufelskreis der (zu großen) Ungleichheit und der sozialen Ausgrenzung in Gang kommt, sie sind sowohl für das Wohlergehen des einzelnen Menschen als auch von Gruppen, von Gesellschaften und der Weltgesellschaft unabdingbar. Das gelingende Leben des einzelnen Menschen und der Zusammenhalt von Gruppen, der Gesellschaften und der Weltgesellschaft sind ohne die Hinwendung des Menschen auf das Du undenkbar!

Die soziale Ungleichheit in einer Gesellschaft kann unterschiedlich gemessen werden, wie z. B. durch den *Gini*-Koeffizienten, der die Ungleichverteilung von Einkommen und Vermögen mit einem Wert im Intervall von null (bei völliger Gleichverteilung) bis eins (wenn nur eine Person das komplette Einkommen und Vermögen besitzt) abbildet.<sup>313</sup> Mit Blick auf den Auf- und Abstieg kann soziale Ungleichheit auch durch das Bild einer aufgeklappten Doppelleiter ausgedrückt werden: In einer fairen Gesellschaft stehen die Beine der Leiter so weit auseinander, dass sie stabil steht, die Höhenabstände zwischen den Sprossen sind sichtbar und für den Einzelnen grundsätzlich überbrückbar. Je größer die Ungleichheit wird, umso näher rücken die Leiterbeine zusammen, die Leiter wird zunehmend instabil, die Höhenabstände zwischen den Sprossen steigen, so dass es schwieriger wird, die nächsthöhere Sprosse zu erreichen, die Höhe der Leiter und damit auch die mögliche Fallhöhe nehmen zu.<sup>314</sup>

Je weiter oben man sich auf der Leiter befindet, umso mehr kann man bei einem Absturz verlieren. Wächst die vor allem wirtschaftliche Unsicherheit in einer Gesellschaft, wie z. B. in und im Gefolge von politischen und ökonomischen Krisen, so entsteht Angst, oder besser ausgedrückt die Furcht vor einem Statusverlust, der sich da und dort sogar zu einem „Verarmungswahn“ auswachsen kann.<sup>315</sup> Während der Aufstieg auf der gesellschaftlichen Leiter in der Regel mit positiven Emotionen wie Freude und Zufriedenheit einhergeht, kann der Abstieg zum Verlust von Ansehen und in weiterer Folge zu sozialer Ausgrenzung, zu Schmerzen und Reaktionen mit negativen Emotionen führen, die von Neidgefühlen bis zu aggressiven Handlungen reichen.

In einem gesellschaftlichen Diskurs über soziale Gerechtigkeit können die Möglichkeit des und besonders die Furcht vor dem Absturz dazu führen, dass eine starke soziale Absicherung aller und damit eine stabile Leiterposition angestrebt wird. Vor allem dann, wenn unter der Fiktion eines „*Schleier des Nichtwissens*“ darüber diskutiert wird, wie die Ordnung einer Gesellschaft aussehen sollte, ohne zu wissen, wo man dann in dieser Gesellschaft selbst steht, wird eine mehr oder weniger *egalitäre Gesellschaft* das Ergebnis sein.<sup>316</sup>

Haben Menschen eine bestimmte Position auf der gesellschaftlichen Leiter inne, so können sie *erstens* nach oben blicken: Die schon erwähnte Redensart „*There is always a bigger fish!*“<sup>317</sup> drückt aus, dass jeder Reichtum relativ und dass fast immer jemand noch reicher ist. Diese Erkenntnis, stets wäre mehr möglich, Andere hätten noch größeren Erfolg usw., kann zu negativen Emotionen führen, wie z. B. das Gefühl einer mangelnden Wertschätzung seiner Arbeit und seines Erfolgs, kann mithin in einen Statuswettkampf münden.

Interessant an der Natur des Menschen ist der Umstand, dass beim Status in der Gesellschaft weniger der absolute als vielmehr der relative maßgebend ist, d. h. es zählt vornehmlich der eigene Rang *im Vergleich zu* anderen Menschen. Ein einfaches Experiment verdeutlicht dies: Probanden wird angeboten, entweder \$ 100.000 selbst und andere lediglich \$ 90.000 oder \$ 110.000 selbst und andere \$ 200.000 als Jahreseinkommen zu erhalten; mit deutlicher Mehrheit entscheiden sich die Probanden für die erste Variante, obwohl beim zweiten Angebot der Proband um 10 % mehr als beim ersten erhält. Würde der Mensch im Sinne eines homo oeconomicus isoliert seinen persönlichen monetären Nutzen maximieren, müsste er das zweite Angebot annehmen. Offenbar sieht sich der Mensch aber nicht isoliert von anderen und er nimmt sogar einen Verzicht auf Geld auf sich, solange andere Menschen weniger haben als er selbst.<sup>318</sup>

Wettbewerbs- und Konkurrenzdenken in einer Gesellschaft einzurichten, kann vornehmlich zu Innovationen, zu wirtschaftlicher Entwicklung, zu einer guten, vielleicht sogar zu einer bestmöglichen Versorgung der Menschen mit Gütern führen. Infiziert dieses Denken die Köpfe der einzelnen Menschen aber auch im alltäglichen Umgang miteinander, dann können schwere Verwerfungen im zwischenmenschlichen Umgang entstehen; Rüpel-Land lässt grüßen. Im Wettkampf um Macht, Besitz und Ansehen lassen sich Menschen zu höchst „asozialen“ Handlungsweisen hinreißen. Darunter leidet der Zusammenhalt aller Formen menschlicher Gemeinschaften, von der Partnerschaft und Familie bis zur staatlichen Gemeinschaft. Egoistischer Statuswettkampf generiert „kalte“, d. h. für das Wohl des Du immer mehr erblindende Menschen.

Die obige Wirkungskette der sozialen Ausgrenzung „mangels Erfolgs“ trifft die Verlierer der Gesellschaft, zumindest in Bezug auf das Haben und Steigern von Besitz, Einkommen und Ansehen. Man würde annehmen, die Gewinner in diesem Wettbewerb würden ob ihres Erfolges zufrieden und anderen Menschen und vor allem den Verlierern gegenüber wohlwollend werden, sie würden Achtsamkeit und Sorge für jene entwickeln, die es nicht so gut haben, gleich welche Ursachen zu ihrer misslichen Situation führten. Doch die Empirie lehrt, es gibt eine „*Aggressivität der Arrivierten*“, und die ist vielleicht noch stärker als jene der wirklich sozial ausgegrenzten Menschen ausgeprägt. Neuere psychologische Experimente zeigen: Die Sieger in einem gesellschaftlichen Konkurrenzkampf wären signifikant unversöhnlicher, ja aggressiver gegenüber den Verlierern als umgekehrt; Verlierer hätten kaum das Bedürfnis nach Rache, die Sieger dagegen würden keine Gnade zeigen, die Verlierer weiter traktieren,



um sie auf jeden Fall klein zu halten, d. h. letztlich würde die Aggression der Sieger der Unterdrückung der Verlierer und der Absicherung ihres Sieges dienen.<sup>319</sup>

Es ist ein Paradoxon der Konkurrenzgesellschaft: Die Erfolgreichen und Sieger haben es geschafft, sie leiden keine Not und führen ein materiell unbeschwertes Leben, und gleichzeitig zeigen sie kein Mitgefühl und verachten die Verlierer, wozu es auf den ersten Blick keinen Anlass gibt. Doch es sind Angst und Furcht vor dem Statusverlust, der die Sieger nicht zur Ruhe kommen und der sie aggressiv werden lässt.<sup>320</sup> Je größer der Erfolg ist, umso mehr verliert der Sieger dann seine Freiheit, wenn er um diesen Erfolg bangen muss; der Erfolg vermag den Sieger in Gefangenschaft und ihm das Soziale in seinem Verhalten zu nehmen.

Für das „kapitalistische Wirtschaftssystem“ ist *Wettbewerb* zwischen den wirtschaftlichen Akteuren konstitutiv. Und nicht nur auf den Märkten für Waren, Dienstleistungen und Kapital wird der Mechanismus der Konkurrenz zur Koordination von Angebot und Nachfrage eingesetzt, auch innerhalb von Unternehmen wird im sog. „*Humanressourcen-Management*“, also in der Personalführung, darüber nachgedacht, die Motivation und damit die Leistung der Mitarbeiter durch die Installierung von Wettbewerb zwischen ihnen zu steigern. Diese Konkurrenz fokussiert auf Bonuszahlungen, auf Vergünstigungen, auf „höhere“ Positionen, aber auch auf den Erhalt des Arbeitsplatzes selbst und damit auf den weiteren Bestand dieser Einkommensquelle für den Beschäftigten. Vornehmlich dann, wenn einem Mitarbeiter z. B. wegen eines Überangebots an Arbeitskräften auf dem *Arbeits-Markt* (sic!) oder wegen des Alters keine oder kaum alternative Arbeitsplätze offen stehen und er auf seinen Arbeitsplatz zur Sicherung seines Lebensunterhalts angewiesen ist, lässt diese Art von unternehmensinternem Wettstreit große Furcht entstehen.

Müssen Mitarbeiter wegen des institutionalisierten „Kampfes“ um ihren Arbeitsplatz um diesen fürchten, so wird dieser Wettbewerb Energien binden, die an anderer Stelle und vor allem für die Erbringung von Leistungen im Unternehmen fehlen. Im Ergebnis vermag der Wettbewerb zur fatalen Situation zu führen, dass die Gesamtleistung des Unternehmens gerade wegen dieses „jeder gegen jeden“ in der Belegschaft insgesamt niedriger ist als bei anderen Konzepten der Personalführung.

Die moderne Hirnforschung zeigt, dass die Furcht vor dem Arbeitsplatzverlust Stress für den Mitarbeiter bedeutet. *Unsicherheit* um den Arbeitsplatz, ebenso Unsicherheit in Bezug auf die eigene Gesundheit, auf menschliche Beziehungen usw., auch *Überforderung* im Leben allgemein oder in der Erwerbsarbeit im Besonderen lösen *Angst* aus. Dass *Stresszentrum* im menschlichen Gehirn springt an, es liegt eine Ausnahmesituation vor, der die Konzentration und die Energien des Menschen nun gelten. Damit wird das Handlungsspektrum des Menschen kleiner, in der Stresssituation ist seine Kreativität weitgehend blockiert und letztlich sinkt seine Leistung außerhalb der Stressbewältigung. Angst aktiviert die archaischen Notfallprogramme „Angriff, Flucht und Erstarrung“.<sup>321</sup>

Angst und Furcht motivieren nicht zu Leistungen – über die Bewältigung der Stresssituation hinaus. Vielmehr sind es *Anerkennung, Wohlwollen, Wertschätzung und Lob*, die das Motivationszentrum in Gehirn anspringen lassen, die Begeisterung für Aufgaben zulassen, das Handlungsspektrum erweitern, Kreativität fördern und damit Leistungen erhöhen.<sup>322</sup>

Angst wird am effektivsten mit dem Gegenmittel des *Vertrauens* bekämpft: Vertrauen in das Angenommen-Werden und Angenommen-Sein durch andere Menschen und Vertrauen in das Finden von Lösungen für die eigenen Probleme. Beide Aspekte von Vertrauen brauchen andere Menschen und deren positive Resonanz; so können Menschen als Angstlöser fungieren und einander den Weg aus basalen Verhaltensprogrammen zu Kreativität und Potenzialentfaltung und damit zu Glück und Sinn öffnen.<sup>323</sup>

Die Institutionalisierung von Konkurrenz zwischen Menschen um Besitz, Arbeitsplatz und Einkommen kann zu einer „Ökonomisierung“ weiterer oder gar aller gesellschaftlichen Ebenen führen: Das Denken und das Handeln von Menschen erfolgt nach einem Kosten-Nutzen-Kalkül, in dem als Nutzengrößen vornehmlich Besitz, Einkommen und andere durch Geld ausdrückbare Größen gelten. Demnach kommt es selbst bei zwischenmenschlichen Beziehungen, etwa in Familien oder bei Freundschaften, auf den Nutzen daraus an. Sobald einem ein anderer Mensch nicht mehr „nützt“, wird er uninteressant, wird ihm gar die „Liebe“ oder die „Freundschaft“ gekündigt. Das Denken und Handeln in geldlichen Nutzgrößen vergiftet den zwischenmenschlichen Umgang, denn es gelten zwei Devisen:

- „Wer nichts ist oder nichts hat, hat auch keinen Wert“ und
- „Ich wende mich nur jenen Menschen zu und bin nur mit jenen Menschen verbunden, die mir nützen“.

Das Gift des ausschließlichen Denkens in Nutzengrößen im zwischenmenschlichen Umgang führt zu vielen Kranken, zu Krankheiten, die z. B. nur noch mittels Tabletten wie Antidepressiva oder Aufputzmittel zu bewältigen oder im Zaum zu halten sind. Dieses Gift lässt Partnerschaften, Freundschaften, ja jede Art von Gemeinschaft unverbindlich und brüchig in dem Sinne werden, dass sie sehr schnell wieder verloren gehen können, vor allem dann, wenn man sie am nötigsten hätte. Es ist das fehlende Vertrauen, die fehlende Achtsamkeit und Sorge füreinander fernab jeder Nutzenüberlegungen. Dieses Gift des Nützlichkeitsdenkens verursacht soziale Schmerzen (aus Vereinsamung usw.) und sorgt für eine aggressive Grundstimmung zwischen einzelnen Menschen und in der Gesellschaft; Rüpel-Land entsteht. Gleichzeitig sind die Menschen verunsichert, sie leben in Angst und Furcht vor dem sozialen Abstieg.<sup>324</sup> Zweifellos ist ein solcher Befund für die meisten Betroffenen höchst unbefriedigend. Der Mensch erleidet Schmerzen und er findet weder sein inneres Gleichgewicht noch wahren Frieden mit anderen Menschen, mit der Gesellschaft und der Welt.

Die Natur des Menschen ist auf eine vertrauensvolle interpersonelle Kooperation ausgerichtet. Das behaupten Theologie und Philosophie seit Jahrtausenden und das belegen heute die modernen Naturwissenschaften, vornehmlich die Hirnforschung. Die Hinwendung auf das Du ist ein zentrales Wesensmerkmal des Menschen; sie ist eine zentrale biologische Bedingung menschlichen Handelns. Doch was lässt die große Diskrepanz zum empirischen Befund des Denkens und Handelns entstehen? Offenbar gibt es gesellschaftliche Bedingungen, die die biologische Disposition beeinträchtigen und sogar konterkarieren.

Stuft man das Leben in Rüpel-Land als „falsch“ ein, so kann man nach gesellschaftlichen *Bedingungen* für ein auch im Sinne des menschlichen Wesens „richtiges“ Denken und Handeln suchen. Was sind Bedingungen, die Menschen „böse“ werden lassen, um auch daraus auf jene Umstände zu schließen, die Menschen zu Vertrauen, zu Kooperation und zu gemeinschaftlichem Zusammenhalt bereit werden lassen?

Kriminalpsychiater wie *Reinhard Haller* meinen heute, dass fast alle Menschen zu weitaus mehr Bösem fähig wären, als sie sich vorstellen können, dass in jedem Menschen sowohl gute als auch schlechte Anteile steckten und dass es von den Bedingungen abhängt, ob der Mensch andere beschränkt, ihnen weht tut, schadet und gewalttätig begegnet.<sup>325</sup>

Die zur Natur des Menschen zählenden aggressiven Impulse werden größtenteils in *Schranken* gehalten durch

- die Fähigkeit zum Mitgefühl (Empathie),
- die Fähigkeit zur Selbstkontrolle und durch
- die Akzeptanz moralischer Grundsätze, die zum Teil die Gestalt von Rechtsnormen haben.

Fällt eine oder fallen mehrere dieser Schranken für Aggressionen aus, so steigt das Risiko, Gewalt „zum eigenen Vorteil“ gegen Andere und die Welt einzusetzen.<sup>326</sup>

Gewalttätige Menschen werden häufig drei Tätergruppen zugeordnet: instrumentelle, impulsive (chronische) und psychopathische.<sup>327</sup> (1) „*Instrumentelle* Täter“ sehen in Gewalt eine Strategie, ein Instrument der Konfliktlösung. Meist lernte diese Täter ein soziales Umfeld, dass Gewalt überlebenswichtig ist und belohnt wird, folglich setzen sie Gewalt gezielt ein.

(2) *Impulsive, chronische* Gewalttäter, die etwa 60 % der Gesamtgruppe ausmachen, leiden an einer asozialen Persönlichkeitsstörung. Schon als Kinder fallen sie durch die Missachtung sozialer Regeln oder durch die Zerstörung fremden Eigentums auf. Solche Menschen fühlen schnell eine Bedrohung, sie sind in ihrem Selbstwert leicht angreifbar, schlagen schnell zu, empfinden kein Mitleid, Empathie ist ihnen weitestgehend fremd. Diese Täter sind sehr leicht verwundbar, zugrunde liegt in der Regel eine Verletzung des Selbstwerts auf der Ebene der Familie, des Arbeitsplatzes, der Partnerschaft usw.; in ihrer Aggression verstehen sie sich als Opfer, während die Umwelt sie als Täter sieht. Zwei typische Bedingungen weisen impulsive, chronische Gewalttäter auf:

- problematische Kindheit und
- Auffälligkeiten im Gehirn.

Erfährt ein Mensch in seiner *Kindheit* eine z. B. durch Armut ausgelöste und subjektiv sehr schwer empfundene soziale Ausgrenzung, so wird dadurch die Ursachenkette über Schmerzen und Aggression potenziell in Gang gesetzt. Neben einer problematischen Kindheit bestehen bei dieser Tätergruppe vielfach drei Auffälligkeiten im *Gehirn*:

*Erstens* sind die Anatomie und die Funktion des präfrontalen Kortex verändert, eines Hirnareals hinter der Stirn, das für die Hemmung aggressiver Impulse zuständig ist. *Zweitens* ist der Mandelkern, der Reize emotional bewertet und mithin auch Stress verarbeitet, hyperaktiv; das Gefühl, bedroht und in seinem Selbstwert verletzt zu werden, kann viel schneller als bei anderen Menschen entstehen; das Angst- und Furchtzentrum ist also hyperaktiv. *Drittens* sind solche Täter kaum fähig, aus Erfahrung, auch aus schmerzlicher, zu lernen.<sup>328</sup>

(3) Die gefährlichste und mit etwa 10 % Anteil kleinste Gruppe bilden *psychopathische* Gewalttäter. Psychopathen empfinden praktisch keine Angst und Furcht, ganz im Gegensatz zur zweiten Gruppe der impulsiven, chronischen Täter. Ferner sind sie unempfindlich gegenüber Sanktionen aus ihrer Umwelt, lernen also weder aus Bestrafung noch aus Belohnung, und sie

legen ihrem Handeln meist einen genauen Plan zugrunde, ihr Tun ist also eher planerisch denn impulsiv.

Diese Täter sind meist schon in ihrer Kindheit gefühllos, manipulativ, lügen viel, zeigen kein Mitgefühl und weder Reue noch Scham; im Gegensatz zu den impulsiven, chronischen Tätern mit einer meist problematischen Kindheit der sozialen Ausgrenzung scheinen Psychopathen eine gewalttätige Disposition von Haus aus aufzuweisen.

Auch hier fällt eine Veränderung im Gehirn, und zwar im präfrontalen Kortex, auf: Doch anders als bei den impulsiven, chronischen Tätern mit einem hyperaktiven Angst- und Furchtzentrum ist dieses bei Psychopathen völlig stillgelegt.

In Bezug auf die drei Tätergruppen stellt sich obendrein die Frage nach einer genetischen Anfälligkeit. Vornehmlich bei impulsiven, chronischen Tätern wird häufig eine spezielle Genvariante gefunden, eine Mutation des Enzyms MAOA in Gestalt der MAOA-L-Variante, die zu einer verringerten Aktivität des präfrontalen Kortex und zu einer Hyperaktivität des Mandelkerns führt.

Zu beachten ist: Eine genetische Disposition macht noch keinen Menschen zu einem Gewalttäter. Sie verhalten sich nur dann aggressiver als andere Menschen, wenn zur genetischen Anfälligkeit in ihrer Kindheit Vernachlässigung, Misshandlung, Missbrauch u. ä. hinzukommen.

Zu beachten ist ebenso: Auch eine neurobiologische Auffälligkeit, also veränderte Hirnfunktionen machen noch keinen Menschen zu einem Gewalttäter. Dank der sog. *Plastizität* des Gehirns kann durch intensives Training das Gehirn umlernen, also seine Verknüpfungen zwischen den Neuronen verändern. Am stärksten gestaltbar ist das neuronale Netz in der Schwangerschaft und in den ersten Lebensjahren eines Menschen; deshalb sind ein warmes, sicheres Umfeld und eine sichere Bindung vor allem in der Kindheit von zentraler Bedeutung für die Ausbildung der Hirnfunktionen. Gestaltbar ist das neuronale Netz allerdings ein Leben lang, so dass bei allen drei Arten von Tätern eine – an die jeweilige Gruppe angepasste – Therapie helfen kann, sowohl neurobiologische als auch genetische Dispositionen zielorientiert zu verändern:

Instrumentelle Täter sollen in *Konfliktlösung* trainiert werden, sie sollen erkennen, dass Gewalt kein letztlich zielführendes Instrument darstellt. Impulsive, chronische Täter sollen in *Empathie* trainiert werden, sie sollen lernen, nicht überall Bedrohungen zu vermuten, Situationen durch Rollentausch verstehen lernen usw. Psychopathische Täter sollen in *Selbstkontrolle* trainiert werden; sie stellen wegen ihrer Gefühlskälte die therapeutisch schwierigste Gruppe dar, dennoch können Techniken wie Neurofeedback eingesetzt werden, damit sie ihre Aggressivität allmählich herunterfahren können.

Ungeachtet genetischer Dispositionen und neurobiologischer Auffälligkeiten wird deutlich, wie der Mensch (aus einem „falschen“) zum „richtigen“ Tun kommt:

- *Sozialisation* und
- *lebenslanges Einüben von Lebenskunst*.

Schon in seiner embryonalen Lebensphase fördern Nestwärme, also die emotionale Zuwendung, Wohlwollen, Achtsamkeit und Sorge für das heranwachsende Kind, eine positive Entwicklung, und zwar sowohl der neurobiologischen Verknüpfungen im Gehirn also auch der epigenetischen Einrichtungen. Letztere sind wie Schalter für die Aktivierung von genetischen Dispositionen verantwortlich. Menschen weisen vielfältige genetische Dispositionen auf, aber bei weitem werden nicht alle realisiert. Für das „Einschalten“ bedarf es der Epigenetik, und für diesen Schaltmechanismus sind zunächst die Schwangerschaft und später die ersten drei Lebensjahre und die Zeit der Pubertät von zentraler Bedeutung.<sup>329</sup>

Die primäre *Sozialisation* in der Regel durch die Mutter und durch weitere Bezugspersonen in den ersten Lebensjahren wirkt massiv auf die Verhaltensweisen des heranwachsenden Menschen, auch in biologischer Weise über Epigenetik und Hirnentwicklung. In der Zeit der sekundären Sozialisation in Kinderbetreuungseinrichtungen, in Schulen usw. gehört das Kind immer mehr Gruppen und Gemeinschaften an; im Austausch mit diesen vielen Menschen entwickeln sich Denken und Tun weiter, bilden sich Maximen des Denkens und Handelns, also grundsätzliche Werte und Haltungen heraus.

In der neuronalen Entwicklung des Menschen verfestigen sich Verhaltensweisen in der Art, dass stabile Verknüpfungen zwischen Neuronen im Gehirn entstehen. Vorbilder und das immer wieder verwirklichte eigene Tun prägen das Kind entscheidend. Und auch im Erwachsenenalter gehen von den direkten und indirekten Interaktionen mit anderen Menschen starke wechselseitige Wirkungen auf das eigene Denken und Handeln aus. Wie andere Menschen reden und was sie tun, bleibt nicht ohne Wirkungen auf die eigenen Verhaltensweisen.

Sowohl im Kindes- als auch im Erwachsenenalter schafft das Verhalten all der Menschen, denen man begegnet, Bedingungen. Von diesen Bedingungen geht ein markanter Einfluss auf das eigene Verhalten aus. Das wird vor allem dort deutlich, wo Regeln gebrochen werden: Offenbar ahmt der Mensch – nicht nur als Kind, sondern Zeit seines Lebens – gerne das nach, was ihm andere vorleben, und zwar im Guten wie im Schlechten.

Eine berühmte Manifestation dieses Zusammenhangs bietet die „*Broken-Windows-Theory*“ der Sozialforscher *James Wilson* und *George Kelling*, nach der ein einziges zerstörtes Fenster in einem unbewohnten Haus trotz einer intakten Nachbarschaft eine fatale Kettenreaktion auslösen könnte. Wird dieses eine Fenster nicht schnell repariert, steige rapide die Wahrscheinlichkeit dafür, dass Vandalen in das Haus eindringen und die nachhaltige Zerstörung beginnt. Der Eindruck, niemand würde sich um das schadhafte eine Fenster und – und das ist der fatale Schluss – niemand würde sich um das Verhalten der Menschen kümmern, ruft *Nachahmer der Zerstörung*, also des Schlechten schnell auf den Plan.<sup>330</sup>

In sog. „*Gemeinwohlspielen*“ wird untersucht, wie jene Verhaltensweisen, die andere vorlegen, das eigene Verhalten in Bezug auf Egoismus und Altruismus beeinflussen. Erwarten Menschen, dass die anderen sich egoistisch verhalten, dann setzen auch sie keine altruistischen Taten. Negativbeispiele entfalten einen deutlichen und stärkeren Einfluss auf das Verhalten als gute Beispiele. Positivbeispiele machen aus egoistischen Mitspielern, machen aus schlecht disponierten Menschen keine mustergültigen.

Auch die Gemeinwolspiele zeigen, der Mensch ist ein „Herdentier“, indem er sich am Verhalten anderer, vor allem der Mehrheit stark orientiert. Im Hinblick auf die Bedingungen für ein gutes und ein böses Verhalten sind die meisten Menschen als „*conditional cooperators*“ anzusehen: Grundsätzlich ist der Mensch auf Vertrauen, Kooperation, Fairness und Gemeinschaft ausgerichtet, das allerdings unter der *Bedingung*, dass das auch andere tun. Beginnt jemand mit einem Vertrauensvorschuss, setzt er diese Bedingung für kooperatives Verhalten, dann steigt die Wahrscheinlichkeit, dass Interaktionspartner sich ebenso zeigen. Generell antizipiert der Mensch das Verhalten anderer und er stellt sich darauf ein, vor allem aber auf Negativbeispiele durch Nachahmung.<sup>331</sup>

„Richtiges“ Verhalten verlangt mithin, dass zur grundsätzlich positiven Disposition des Menschen adäquate *Bedingungen* kommen. Diese liegen vornehmlich im Verhalten anderer Menschen, besonders in gesellschaftlichen Vorbildern: Frönen Vorbilder ihrem eigenen Vorteil in den verschiedensten gesellschaftlichen Bereichen, d. h. in der Familie, auf der Straße, im Einkaufsladen, vor dem Fiskus bei der Steuererklärung usw., so werden auch nachahmende Menschen auf ihren Eigennutz fokussieren.

Ein anschauliches Beispiel hierfür bietet das Problem der Steuerhinterziehung: Das Unrechtsbewusstsein Steuern hinterziehender Bürger fehlt vielerorts, und zwar nicht (nur) deshalb, weil solche Bürger keine Moral hätten, sondern weil die *Bedingungen* für „gemeinwohlorientiertes Verhalten“ da und dort weitgehend fehlen. *Erstens* kommt hier die Glaubwürdigkeit des Staates ins Spiel: Je stärker der Einzelne an der Legitimität und an der Gerechtigkeit seiner Regeln, der formulierten (Rechte und Steuer-)Pflichten zweifelt, umso weniger wird er bereit sein, seinen Steuerbeitrag zu leisten. *Zweitens*, und auf das fokussieren wir hier besonders, ist entscheidend, wie sich die Menschen in der Umgebung verhalten, was hier als normal gilt: Würde man als Einzelner seine Steuerpflichten erfüllen, während die Anderen Steuertricks nutzen, am Fiskus vorbei wirtschaften und damit Steuern hemmungslos hinterziehen, so erzeugt dies beim Ehrlichen ein zumindest flaes Gefühl, sein Vertrauen und seine Kooperationsbereitschaft (zur ehrlichen Steuerzahlung) werden schnell verebben. Schlechte Vorbilder in der Umgebung können zum einen der regierenden Klasse und zum anderen der Gruppe der gewöhnlichen Steuerpflichtigen angehören.<sup>332</sup>

Ob sich der Mensch gemeinwohlorientiert verhält oder auf Kosten der Allgemeinheit seinen Eigennutz egoistisch maximiert, hängt also vornehmlich von den konkreten Bedingungen ab. Im Wesentlichen geht es dabei um das (erwartete) Verhalten der andern Mitglieder der Gruppe oder Gesellschaft, also um *Vorbilder*. Solche Bedingungen können die grundsätzlich kooperative Disposition des Menschen abschwächen, neutralisieren und sogar in defektive Verhaltensweisen umkehren.

Gute und schlechte Vorbilder, und zwar sowohl aus den Eliten als auch aus der gewöhnlichen Umgebung, wirken auf das Verhalten anderer Menschen in ungleicher Weise:

- *Gute Vorbilder* bleiben bei schlecht disponierten Menschen ohne Wirkung, bei gut und neutral disponierten fördern sie gutes Verhalten.
- *Schlechte Vorbilder* haben generell schlechte Konsequenzen, d. h. schlecht disponierte Menschen verhalten sich weiterhin schlecht und werden in ihrem Verhalten möglicherweise noch bestärkt, gut und neutral disponierte verlieren das Vertrauen in ihre Umgebung und ihre Kooperationsbereitschaft geht verloren; Hilfsbereite und Koope-

rative fühlen sich durch schlechte Vorbilder schnell als „Dumme“ und „Ausgenützte“, was ihr Verhalten mittel- und langfristig zum Schlechten hin ändert.

Diese „*Asymmetrie von Vorbildern*“ hat die fatale Konsequenz, dass unterm Strich eine Gesellschaft insgesamt dem „schlechten“, dem „falschen“ Verhalten zustrebt, sofern nicht aktiv gegengesteuert wird. Nimmt die „Unordnung“ in der Gesellschaft, in der Welt, nimmt das „Böse“, das „Falsche“ – naturgesetzlich – zu, bis sie bzw. es letztlich alles vereinnahmt und vernichtet?

Alles auf der Welt strebt von einem „geordneten“ in einen „ungeordneten“ Zustand, so sagt es der sog. „Zweite Hauptsatz der Thermodynamik“, entwickelt von den Physikern *Rudolf Clausius* (1822 bis 1888) und *Ludwig Boltzmann* (1844 bis 1906). Energie fließt vom Warmen zum Kalten und diese Wirkungsrichtung ist unumkehrbar; Konzentration und Ordnung sind nicht von Bestand, sie steuern der Zerstreung entgegen, es gibt viel mehr Möglichkeiten für ungeordnete Zustände als für geordnete, das Universum wird immer ungeordneter, und zwar in dem Sinne, dass die Zahl der möglichen Mikro-Zustände jederzeit zunimmt (was *Boltzmann* zeigte) und die thermodynamisch-makroskopische Energieentwertung durch Zerstreung laufend geschieht (was *Clausius* aufdeckte). Diese ständige Bewegung von Ordnung hin zur Unordnung ist universell, trifft also auf alles, auf Kosmisches wie auf Alltägliches zu; Unordnung ist das Schicksal aller Materie.

Dieser steigenden „Anordnungsfreiheit“ (auf der Mikroebene) und „Energieentwertung“ (auf der Makroebene) oder insgesamt „*Entropie*“ (griechisch für „Umwandlung“) kann man nicht entkommen, weder der Mensch noch das Universum, und eines Tages wird der Zustand maximaler Entropie erreicht sein, dann muss alles, muss das Universum „sterben“. Aber der Mensch braucht bei diesem – Milliarden Jahre dauernden – Prozess nicht tatenlos zuzusehen, vielmehr kann er den Schritt, den Energiefluss von der Ordnung zur Unordnung nutzbar machen, wie z. B. in Wärmekraftmaschinen, etwa bei der Verbrennung von Benzin im Motor eines Autos zum Zwecke des Antriebs, oder im menschlichen Körper mit der Aufnahme von Nahrung zwecks Aufrechterhaltung und Weiterentwicklung körperlicher Funktionen. Selbst die Sonne macht die geordnete Energie der Wasserstoffatome durch die Verschmelzung der Atomkerne nutzbar. Es scheint ein Paradoxon zu sein: Der Mensch nutzt die Energie des „Verfalls“, um letztlich leben zu können.

Auch wenn die Einbettung des Menschen in diese permanente Umwandlung oder Entropie fatal erscheint, auch wenn sein Leben angesichts dieses großen Gesetzes der Welt aus der großen Perspektive letztendlich absurd erscheinen kann, liegt im konkreten einzelnen Leben eines Menschen ein schier unendliches Potenzial der Entfaltung, das förmlich danach schreit, partiell gehoben zu werden. Der Mensch ist zur Freiheit befreit<sup>333</sup>, zur Freiheit, Vernunft und Verantwortung berufen<sup>334</sup> und auf ein Du hin disponiert: Ohne das irdische, im günstigen Fall hilfsbereite und kooperative Du (im Irdischen und ggf. auch im Transzendenten) geht der Mensch zugrunde, rast sein kurzes Leben in die *Unordnung* und *Zerstörung*. Mit Wohlwollen, Achtsamkeit und Sorge für das Du vermag der Mensch die grundsätzliche Unordnung, das *Falsche der Welt für sich nutzbar zu machen*. Kraft seiner Freiheit und Vernunft kann der Mensch die Energie des Verfalls in seinem Leben für andere Menschen und für sich anzapfen und so zu einem gelingenden Leben kommen. Nur mittels der *Hinwendung* auf ein Du (und auch auf eine Aufgabe oder Sache) kann der Mensch dem Falschen Richtiges abgewinnen.

Die Hinwendung auf das Du, die der Einzelne lebt, lässt diesen selbst immer wieder augenblickliches (Wohlfühl-)Glück empfinden und längerfristigen Sinn finden. Erst der Umweg über das Du bietet dem Menschen die Möglichkeit, Sinn in konkreten Lebenssituationen und vielleicht auch einen Sinn des Lebens insgesamt zu entwickeln. Bleibt der Mensch isoliert und egoistisch für sich, so mag er das eine oder andere Wohlfühlglück erfahren, doch diese Strohfeuer reichen regelmäßig nicht für die Entwicklung von Sinn.

Die *Hinwendung auf das Du* tut dem Sich-Hinwendenden gut, sie tut ebenso dem Du gut, das Vertrauen, Wertschätzung, Wohlwollen, Hilfsbereitschaft usw. erfährt, und sie tut auch der Gesellschaft insgesamt gut, denn das Verhalten jedes Einzelnen wirkt auf andere Menschen und diese Vorbildwirkung im Guten wie im Schlechten schafft die angesprochenen Bedingungen für die gesellschaftliche Kooperation.

Die Ressourcen jedes Menschen sind eng begrenzt. Die für Glück und Sinn unabdingbare Hinwendung auf ein Du erfordert folglich eine Selektion in zweifacher Weise: Der Mensch wählt das Du aus („*Wem wende ich mich zu?*“) und er entscheidet über die Tiefe der Beziehung („*Wie intensiv wende ich mich dem Du zu?*“).

Die *Auswahl des Subjekts* der Hinwendung wird maßgeblich durch die erwarteten Antworten, also Verhaltensweisen des Du, bestimmt sein. Der Mensch will Schmerzen vermeiden, persönliche Abweisungen und Geringschätzung führen zu Schmerzen, daher wird der Mensch ein Du vermeiden, von dem er erwartet, dass es ihm Schmerzen zufügen wird. Sich zumindest mittel- bis langfristig einer Situation des Schmerzes auszusetzen, erscheint wider-natürlich und kann daher niemandem zugemutet werden.

Das führt *erstens* zu einer entsprechenden *Selektion des Du im Vorhinein*, freilich mit der Unsicherheit, ob das erwartete und das spätere tatsächliche Verhalten übereinstimmen: Dieses Prognoseproblem kann der Mensch durch das Sammeln von Signalen und Informationen partiell bewältigen, gänzlich aus der Welt schaffen kann er es nicht. Und selbst wenn alle Signale auf Kooperation und Zusammenarbeit hindeuten, das tatsächliche Verhalten könnte letztlich doch ein ganz anderes sein.

Die alltägliche Erfahrung in Rüpel-Land lehrt, wie weit verbreitet das Falsche ist, wie schnell eigenes Vertrauen und Kooperationsbereitschaft ausgebeutet werden können und Schmerzen entstehen. Die Erfahrung lehrt die fremde und ebenso die eigene Disposition. Zweifellos gehört zur Polarität des Lebens, dass jeder Mensch potenziell sowohl zum Guten als auch zum Bösen fähig ist; eine Reflexion über die Disposition und über Handlungsbedingungen vermag hier fruchtbaren Aufschluss und Orientierung zu geben, auch bei der Auswahl des Du. Es gehört zur Lebenskunst, sich durch schlechte Erfahrungen und Erwartungen in Rüpel-Land die eigene – durch Training aufgebaute, verstärkte, bewahrte – positive Disposition für eine Hinwendung auf ein Du – im Interesse des eigenen Glücks und Sinns – nicht zerstören zu lassen. Die Devise lautet: Auch in Rüpel-Land sich nicht entmutigen lassen, weitergehen und auf andere, gut ausgewählte Menschen zugehen.

*Zweitens* können Schmerzen aus der bestehenden Beziehung zu einem Du eine Reflexion und *Änderung der Intensität im Nachhinein* aufdrängen: Kann man die Beziehung substanziiell zum Besseren hin verändern, soll man die Verbundenheit reduzieren oder die Brücke zum Du im Interesse der Schmerzvermeidung überhaupt abreißen? Solche Fragen entstehen in



allen Arten von Beziehungen, wie z. B. in Partnerschaften, in Familien, in der Nachbarschaft, im Beruf usw. Man wird sie nicht permanent stellen, nur Situationen des Schmerzes werden dazu auffordern. So wie es der Achtsamkeit und Sorge widerspricht, den anderen Menschen klein zu machen, so braucht man sich auch selbst nicht klein machen zu lassen. Diese Devise verlangt Reflexion, Kraft und Entscheidung.

Bei der Hinwendung auf das Du ist das *Du im Plural* zu sehen, d. h. der Mensch kann sich mehreren Du gleichzeitig – mit durchaus unterschiedlicher Intensität – zuwenden. Obendrein ist er regelmäßig Mitglied von Gemeinschaften mit jeweils mehr als zwei Mitgliedern, letztlich gehört er verschiedenen abgegrenzten „Gesellschaften“ an. Die Hinwendung auf das Du schließt folglich die gesellschaftliche Perspektive ein und ist daher eine *graduell sehr unterschiedliche Hinwendung auf eine Vielzahl* miteinander verbundener Menschen.

Eine „Gesellschaft“ als Gemeinschaft von Menschen kann u. a. durch gemeinsam nutzbare Ressourcen verbunden sein. Derartige „*Gemeingüter*“ sind Atemluft, Flüsse, Seen, Meere, auch Wiesen, Parkanlagen usw.; sie werden auch als „Allmende“ oder „Commons“ bezeichnet. Im wissenschaftlichen Fokus stehen sie seit Langem, um vor allem das menschliche Verhalten in derart verbundenen Gemeinschaften zu studieren: Wie nutzen Menschen Brennholz aus einem gemeinsamen Wald, das Gras einer gemeinsamen Weide, das Heu einer gemeinsamen Wiese, die Fische eines gemeinsamen Sees oder Meeres, das Wasser aus einem gemeinsamen Brunnen, aber auch Leistungen des gemeinsamen Bildungs-, Gesundheits- oder Sozialversicherungssystems?<sup>335</sup> Nutzt der einzelne Mensch die Gemeingüter in egoistischer Weise, versucht er seinen eigenen Nutzen zu maximieren, oder nutzt der Mensch die Allmende rücksichtsvoll im Sinne eines Nutzens auch für Andere und des langfristigen Erhalts des Gemeingutes?<sup>336</sup>

Spätestens seit dem berühmten Aufsatz von *Garrett Hardin* „The Tragedy of the Commons“ (1968) hat sich die Auffassung verfestigt, wonach die Nutzung von Gemeingütern immer in eine Katastrophe mündet: Jeder Nutzer strebe nach einer individuellen Maximierung der Nutzung und es würde zu einer *hoffnungslosen Übernutzung* der gemeinsamen Ressource und damit zum Desaster kommen. Die Schlussfolgerung daraus lautet: Gemeingüter müsse man schützen und daher in die Hände des Staates oder von Privatunternehmen legen, denn der rücksichtslos agierende Mensch könne damit nicht umgehen; Gemeingüter müssten zu einem „knappen Gut“, also zu einer „Handelsware“, gemacht werden.<sup>337</sup>

Diese vermeintliche Binsenweisheit wurde und wird allerdings hinterfragt: *Elior Ostrom* bietet einen anderen, einen differenzierteren Blick auf Gemeingüter. Sie fand Gemeinschaften, in denen die gemeinschaftliche Nutzung von Ressourcen zum Teil seit Jahrhunderten in dem Sinne funktioniere, dass Commons *rücksichtsvoll und nachhaltig* bewirtschaftet werden, ohne sie in staatliche oder unternehmerische Obhut zu legen. Solche funktionierenden Nutzungskonzepte fand sie unter unterschiedlichsten Lebensbedingungen und in unterschiedlichsten Kulturen. Ihre These lautet: Eine nachhaltige Nutzung gemeinsamer Ressourcen ist möglich, sofern die Gemeinschaft die folgenden Merkmale aufweist:

- *Vertrauen* im zwischenmenschlichen Umgang,
- *Verantwortungsbewusstsein* des Einzelnen,
- *Regeln* zum Nutzerkreis und zur Nutzung der gemeinsamen Ressource.

In einem „regelbasierten Gemeinwesen“ können die Menschen die „Kunst des Sich-zusammen-Tuns“ erlernen, d. h. Achtsamkeit und Sorge werden darin sozialisiert und trainiert.<sup>338</sup>

Zweifellos kann es heute nicht darum gehen, zu archaischen Wirtschaftsformen zurückzukehren, vielmehr ist zu fragen, welche Lehren liegen in diesen Erkenntnissen für eine moderne Gesellschaft des 21. Jahrhunderts. Das Grundprinzip der Allmende gilt nach wie vor, wie z. B. bei der (Weiter-)Entwicklung und Nutzung von „Free Software“ oder der Online-Enzyklopädie „Wikipedia“, bei der „Transition-Town-Bewegung“, bei „Urban-Gardening-Projekten“, „offenen Werkstätten“, „Tauschbörsen“, „regionalen Wirtschaftsgenossenschaften“, „Carsharing“, „Crowdfunding“ etc. Das Geheimnis für das Funktionieren derartiger *Allmende-Gemeinschaften* liegt zum einen in selbst gegebenen und in kooperativer Absicht eingehaltenen *Regeln* und zum anderen in *menschlichen Qualitäten* wie Vertrauen, verantwortungsvolle Freiheit sowie Achtsamkeit, Sorge und Wohlwollen füreinander, kurzum in der Hinwendung auf viele Du.<sup>339</sup>

Die Hinwendung auf ein oder besser auf viele Du stärkt die soziale Verbundenheit von Menschen, sie schafft Gemeinschaften, sie lässt Rüpel-Land und dessen Individualismus und Weltflucht verschwinden und stattdessen tragfähige, also *vertrauens- und verantwortungsvolle Beziehungen* entstehen. Und nur solche lassen Glück und Sinn für den Menschen zu.

## Die Hinwendung auf das Du um die Pflege von Feinden ergänzen?

**S**elbst- und Nächstenliebe stehen gemeinsam für die ausbalancierte, durch Achtsamkeit und Sorge geprägte Hinwendung auf das Ich und das Du. Bedeutet ein solches Gleichgewicht, dass Missgunst, Neid, Feindseligkeit und ähnliche Emotionen, dass letztlich „Feinde“ verschwinden? Die Empirie lehrt, dass eine solche Entwicklung möglich, wengleich keineswegs zwingend ist. Das führt auch zur Frage, ob sogar Feinde eine positive Bedeutung für die Weiterentwicklung des Ich und für die Selbst- und Nächstenliebe entfalten können?

*Anfeindungen* gehören zum Alltag der Menschen, sie sind mehr als ein bloßer Mangel an Sympathie, mehr als eine „sportliche Konkurrenz“ in einem fairen Wettbewerb, denn sie zielen auf das Zufügen von *Schmerzen*. Der „Feind“ will der angefeindeten Person weh tun, ihr schaden, und zwar sozial, geistig, psychisch und/oder physisch, der „Todfeind“ trachtet sogar nach dem körperlichen Leben. Als grundsätzliche Antworten auf Anfeindungen bieten sich zwei offensichtliche und ein weiterer, allgemein zunächst eher verborgener Weg an:<sup>340</sup>

- die Strategie der *Vergeltung*,
- die Strategie der *Feindesliebe*,
- die Strategie der *Pflege von Feinden*.

Die „*Vergeltungsstrategie*“ folgt dem Handlungsmuster, Gleiches mit Gleichem zu vergelten, sie ist ein eher passives Vorgehen, da man sich einer scheinbar unveränderlichen Entwicklung ausgesetzt sieht und vermeintlich so zu handeln gezwungen wird. Es droht eine fatale Spirale aus Aktionen der Vergeltung und Gewalt, eine Vertiefung der Feindschaft und der Verlust jedweder Achtung vor dem Anderen, unter Umständen auch vor sich selbst angesichts exzessiver Handlungen.

Die „*Strategie der Feindesliebe*“ ist eine aktive Haltung, die dem Feind Zuwendung und Zuneigung, die ihm Achtsamkeit und Sorge widmet. Damit setzt man einen ersten Schritt, unternimmt den Versuch zur Überwindung der Feindschaft. Man geht in eine Vorleistung, ohne sie – und das ist wesentlich – von der Reaktion des Feindes abhängig zu machen. So will man das Verhältnis zum Feind verbessern. Zweifellos kann diese wohlwollende Hinwendung auf das feindliche Du eine einseitige bleiben, doch ohne diese Vorleistung würde es zur verhängnisvollen Vergeltungsspirale kommen!

Der Grundgedanke, Feindschaft durch Zuwendung und Zuneigung zu überwinden, findet sich in Religionen und Kulturen: Die Liebe zu einem Gott und den Menschen schließe auch die Liebe zu Feinden ein. Bemerkenswert erscheint eine vielerorts zu findende Abstufung: Der Feind gilt als Mensch wie du und ich, als ein Geschöpf Gottes, das einen „Funken Gottes“ in sich trägt; geliebt wird allerdings nicht die ganze Person des Feindes, die geradezu widerwärtig erscheinen kann, sondern dieses Göttliche in ihm. Demnach brauche man die Liebe zum Feind nicht speziell zu bekunden, es genüge vielmehr, den Feind – wie alle Nächsten – in das Gebet einzuschließen und für Hilfe in der Not bereit zu sein.<sup>341</sup>

Das biblische Gebot der Gottes- und Nächstenliebe – der „Feind“ fällt hierbei in die Kategorie des Nächsten – ist allerdings nicht als ein rein emotionales Geschehen und Hochgefühl gedacht, sondern meint „*Dienste der Liebe*“, also konkrete Handlungen, die dem Anderen gut tun, die sein *Wohl fördern*. Das Reden und das Fühlen von Liebe für einen Nächsten, auch für einen Feind, sind demnach wichtig, aber zu wenig: Letztlich kommt es nicht auf schöne Worte und emotionales Aufschaukeln, sondern auf das reale Tun an – *dem Nächsten, auch dem Feind, Dienste zu seinem Wohl zu erweisen!*<sup>342</sup>

Zum Wohle auch des Feindes zu handeln, bedeutet *erstens*, auf jede Art von Vergeltung und Gewaltanwendung gegen ihn zu verzichten, *zweitens*, dem Feind konkrete Dienste zu seinem Wohl zu leisten, und *drittens*, die Hand zur Versöhnung auszustrecken.<sup>343</sup> Diese Antwort auf Anfeindungen ist Ausdruck des Vertrauens auf den *Sieg der Liebe über jeden Hass*. Und diese Antwort geht über den Einschluss in ein allgemeines Gebet deutlich hinaus.

Die Hinwendung auf einen Nächsten, auch auf einen Feind, die Ethik der Nächsten- und Feindesliebe setzt eine Hinwendung auf das Ich, eine Ethik der Selbstliebe voraus. Die Achtsamkeit und Sorge für sich selbst wird so auf den Nächsten und auch auf den Feind übertragbar. Die Akzeptanz und der Umgang mit Feinden können in einer Ethik der Selbstliebe erlernt werden: Zur Polarität des Lebens gehören „helle“ und „dunkle Seiten“; sich auch mit seinen dunklen Seiten, wie z. B. mit fallweisen Gefühlen des Neids oder mit Aggressionen gegenüber Mitmenschen, auseinanderzusetzen und sie anzunehmen, das bedeutet, so etwas wie „innere Feinde“ als Teil seiner Identität zu erkennen, anzunehmen und ggf. zu verändern versuchen. Das kann ein langwieriger Kampf sein, mit inneren Feinden sich letztlich anzufreunden und sie damit zu mäßigen. Im Rahmen der Selbstliebe auch die inneren Feinde als Teil seiner selbst zu akzeptieren, die inneren Feinde zu lieben, ist die Grundlage dafür, auch die äußeren Feinde zu lieben. Indem man um seine *eigenen* dunklen Seiten und seine *eigenen* Schwächen für das Falsche Bescheid weiß und diese in sein Leben bewusst hereinholt, erscheinen der Nächste und auch der Feind grundsätzlich „wie du“, und so lässt sich die Brücke zu ihm, so lässt sich einseitig vorleistende Hinwendung in Achtsamkeit und Sorge leichter verwirklichen.<sup>344</sup> Nur wer mit sich selbst versöhnt ist, kann sich auch mit dem Nächsten (und letztlich auch mit der Welt) versöhnen.

Feindschaft mit den Mitteln der Liebe, also mit Wohlwollen, Achtsamkeit, Sorge u. ä. zu überwinden, kann überanstrengen. „Immer lieben zu müssen“, vermag zu einer unerträglichen Belastung zu werden. Bevor man bei der Strategie der Feindesliebe völlig scheitert und unter der Last von unterdrückten Schuldgefühlen erstickt, erscheint ein differenziertes Vorgehen hilfreich: Die Feindschaft so mancher Menschen kann man mit Liebe zu überwinden trachten, ergänzend kann man die Feindschaft anderer Menschen bewusst bewahren.<sup>345</sup>

Die „Strategie der Pflege von Feindschaft“ will von den Feinden Nutzen ziehen, Feindschaft soll gepflegt werden, um daraus nachhaltig Positives zu ziehen. Hierbei geht es nicht primär um eine Haltung des Altruismus, sondern um das Ich, um die Steigerung des eigenen Nutzens. *Plutarch* (45 bis 120) schreibt bereits kurz nach der Zeitenwende in seiner Schrift „Was Feinde nützen können“<sup>346</sup> vom „blinden Egoisten“, der dem Feind größtmöglich schaden wolle und nach seiner Vernichtung von ihm keinen Nutzen mehr ziehen könne, und vom „klugen Egoisten“, der dem Feind zu seinem Recht auf Hass und zugleich auf Schonung ver helfe, letzteres um der Humanität – auch der Feind ist ein Mensch – und vor allem um der Klugheit willen, denn ein schonungslos behandelter Feind könne seinen Aufgaben als Feind nicht mehr gerecht werden.<sup>347</sup>

Den Feind zu utilisieren, das scheinbar Schädliche zum Nützlichen werden zu lassen, bietet eine Antwort auf die Frage „Warum Feinde bewahren?“. Was kann man der Feindschaft potenziell verdanken?<sup>348</sup>

- Feindschaft bietet Halt und Orientierung im Leben: Feinde sind im Leben vielfach wie ein roter Faden, man kennt einander und richtet das Denken und Handeln aneinander aus, Feinde machen auf Fehler aufmerksam, auch auf solche, die aus Eitelkeit oder wegen Rücksicht durch Freunde sonst verborgen blieben.
- Feindschaft verknüpft das hohe Gut der Liebe: Zu lieben und geliebt zu werden, das wird dann zum hohen Gut, wenn es nicht selbstverständlich ist; Feindschaft lehrt, dass es auch das Gegenteil von Liebe gibt.
- Feindschaft bietet Aufmerksamkeit: Feinde widmen Aufmerksamkeit und können so das Gefühl von Bedeutung vermitteln.
- Feindschaft gibt Motivation: Feinde trachten nach Verletzung oder gar Vernichtung der Existenz der angefeindeten Person; man wird auf der Hut sein und das kann zu außergewöhnlichen Leistungen anspornen, man will „es dem Feind zeigen“.

Feindschaft kann ein *perpetuum mobile* zur Hervorbringung exzellenter Leistungen sein.<sup>349</sup> Das gilt allerdings nur so lange, als die angefeindete Person auf der Siegerstraße fährt. Was passiert, wenn sie dem Feind unterliegt und er sein Ansinnen auf Vernichtung wahr macht? Und selbst dann, wenn die angefeindete Person sich relativ siegessicher weiß, stets wird sie die Furcht des Untergangs in sich tragen. Feindschaft erhöht die existenzielle Unsicherheit.

Feindschaft bindet Energie: Die angefeindete Person muss in all ihrem Agieren höchst wachsam sein, sie setzt Handlungen, die ausschließlich in der Feindschaft begründet sind, das Klima in ihrem Lebensumfeld wird tendenziell rauer usw.

Beide negativen Effekte, d. h. sowohl die *Furcht vor dem Untergang* als auch die *Bindung von Energie*, vermindern den positiven Nutzen aus Feindschaft, unter Umständen sogar so weit, dass die Feindschaft nicht mehr zum Vor-, sondern zum Nachteil gereicht. In einer „Ethik

oder Kultivierung der Feindschaft<sup>350</sup> geht es um eine Pflege von Feindschaft mit großem Fingerspitzengefühl für das rechte Maß:

Zur Lebenskunst, zum richtigen Umgang mit Feindschaft gehört zunächst die Reflexion über diese Art der Beziehung zwischen Menschen. Sich einfach in einer Feindschaft in der Opferrolle einzurichten, erscheint zu einfach, führt sie doch zur Erstarrung in dieser sehr oft viel Kraft kostenden Beziehung. Das „*rechte Maß bei Feindschaft*“ ist individuell und stets von Neuem zu überdenken und auszutarieren; um es kultivieren zu können, soll sich die angefeindete Person in die Rolle des Gegenübers versetzen, für den Feind *Empathie* aufbringen, um ihn besser verstehen und adäquat behandeln zu können. Zu diesem Handeln im Interesse des rechten Maßes kann auch *wahre Freundlichkeit* gegenüber dem Feind zählen; auf sie ist der Feind im Allgemeinen nicht gefasst, sie mag ihn zum Nachdenken und ggf. zu einer Revision seiner Verhaltensmuster bewegen. Mit diesem Schritt wird die Strategie der Pflege zur Liebe des Feindes.<sup>351</sup>

Ein rechtes Maß an Feindschaft zu kultivieren, könnte als Kapitulation vor dem Ziel des Richtigen (miss)verstanden werden. Die Empirie lehrt, Feindschaft und Anderes, das gemeinhin als „böse“ oder „falsch“ eingestuft wird, durchzieht die Geschichte, die Gegenwart und wohl auch die Zukunft des Menschen. Zuneigung, Liebe, Freundschaft, Sorge, Unterstützung, gute Kollegialität und Nachbarschaft etc. stehen Abneigung, Ablehnung, Hass, Sorglosigkeit, Kälte, Mobbing, Streitbereitschaft usw. gegenüber. Es scheint, als würden der positive und der negative Pol für eine Grundspannung im Leben sorgen; diese *Polarität* ist der Welt offenbar eingeschrieben. Insofern erscheint es im Sinne von Lebenskunst adäquat, Falsches und eben auch Feindschaft als Teil des Lebens zu akzeptieren, mit seinem Eintritt zu rechnen und in sein Denken und Tun auf verträgliche Weise zu integrieren.<sup>352</sup>

Dabei wäre es in der Regel scheinheilig, das Falsche stets beim Anderen zu sehen. Auch das eigene Leben ist durch die Polarität des Falschen und des Richtigen gekennzeichnet. Entscheidend ist nicht das Ob des Falschen auch im eigenen Leben, sondern sein Maß. Welchen Raum gibt man dem Falschen im eigenen Leben, auf welches Maß kann man es kultivieren, um auch damit leben zu können?

Die Rede von der Polarität des Lebens soll allerdings nicht zum bequemen Schluss verführen, sich allzu schnell auch mit dem Falschen im eigenen Leben einzurichten, ja sie soll generell nicht dazu verleiten, sich mit dem Falschen, auch mit Feindschaft, allzu schnell zu arrangieren. Denn damit würde das Falsche bald zum selbstverständlichen Teil des Alltags, es gehört dann zum unreflektierten Teil der alltäglichen Verhaltensmuster.

## Versöhnung mit dem Falschen, mit der Polarität des Lebens

**D**as menschliche – und ebenso alles nicht-menschliche – Leben ist ein begrenztes Leben in der Polarität von Freude und Leid, Freundschaft und Feindschaft, Gelingen und Misslingen, Aufstieg und Abstieg, Wohlgefühl und Leid, von Vitalität und Lähmung, von Aufblühen und Sterben, kurzum: ein endliches Leben in der *Polarität von Falschem und Richtigem*. Als Gipfel des Falschen erscheint der Umstand, dass nicht nur alles Leben mit dem Tod – für den Einzelnen und seine Umgebung – schrecklich endet, auch alle nicht belebte Materie ist endlich und geht ihrem Zerfall entgegen. Alles auf der Welt und die

Welt selbst, alles ist endlich; sieht man darin etwas Schreckliches, so lebt der Mensch, lebt alles, befindet sich auch alles Nicht-Leben im Falschen.

Das „*Leben im Falschen*“ kann als Zumutung erscheinen. Und die Versuchung des Menschen ist groß, sich gegen das Falsche, also gegen all das Unangenehme, die Schmerzen, das Leid und letztlich gegen die Endlichkeit und den Tod aufzulehnen. Vornehmlich das Leid und die Endlichkeit sind es, die dem Menschen enorme Angst um das eigene Dasein bereiten (können).<sup>353</sup>

Der Mensch weiß um das Leben im Falschen, seine eigene Erfahrung und sein Wissen über die Endlichkeit alles Seienden erzwingen die Entscheidung, wie er mit der Angst um das Dasein umgeht: Er kann versuchen, das Leben *aktiv* in die Hand zu nehmen, es gewaltsam zu beherrschen und zu formen. Ebenso kann er sich *passiv* dem Leben deshalb verweigern, weil er um die Aussichtslosigkeit jeder Auflehnung gegen die Endlichkeit und jedes Versuches weiß, das Leben zu beherrschen.<sup>354</sup>

Der aktive Weg, sich das Leben mit Gewalt zu sichern, muss letztlich scheitern, der passive Weg führt zu einem lethargischen Dasein und im konsequentesten Fall zur Flucht aus dem Leben, so dass auch der passive Weg ein, wenn auch letztes, aktives Element aufweisen kann. Beide Wege bedeuten letztlich ein Zerschneiden an der Endlichkeit und am Tod jedes Lebens.

Auch wenn das Falsche des Lebens durch den Menschen nicht aufhebbar ist, so kann er *Richtiges im Falschen finden*, so kann er den aktiven und den passiven Weg zusammenführen. Diese dritte Antwort auf die Angst um das Dasein ist die „*Versöhnung*“:

*Versöhnung mit dem Leid und den Schmerzen, mit der Endlichkeit unseres Daseins und mit dem Tod, also mit dem Falschen im Leben im Vertrauen darauf, dass das Leben auch gut und mit Sinnperspektiven verknüpfbar ist, dass das Leben im Falschen richtig sein kann.*

Diese Versöhnung bedeutet weder krampfhaft und angestrengte Auflehnung gegen Leid und die Endlichkeit unseres Daseins noch ergebene Annahme alles Leides, aller Schmerzen und des Todes in einer Art Leidenspose:

(1) „*Auflehnung*“ regt zu „übermenschlichen“ Anstrengungen mit dem Ziel an, Leid, Schmerzen, Tod etc. mittels für adäquat erachteter Verhaltensweisen und auch mit neuen medizinischen und technischen Mitteln zu überwinden, in vermeintlich Naturgesetzliches wie den Tod als Mensch aktiv einzugreifen und insofern „Schöpfer“ zu spielen. In seinem Kampf gegen die Angst um das Dasein will der Mensch verhindern, dass er in seinem Leben zu kurz kommt, dass das Leben an ihm vorbeigeht, dass womöglich andere Menschen zu mehr als er kommen. So entstehen Verhaltensweisen, die umschrieben werden mit „Stolz und Neid, Feindschaft und Hass, Eifersucht und Misstrauen, Macht- und Besitzgier, Intrigen und Betrug, Ausbeutung und Unterdrückung, Heuchelei und Lüge, individueller und kollektiver Egoismus, Mord und Totschlag, Verweigerung von möglicher Hilfeleistung usw.“<sup>355</sup>

(2) Die „*Leidenspose*“ als Antwort auf die Angst um das Dasein steht für ein demütiges Leiden. Das kann ein Leiden und Mitleiden in der Art sein, dass man anderen Menschen in ihrem Leid beisteht, also Mitleid empfindet und sich insofern dem Anderen zuwendet. Doch

diese Hinwendung ist eine völlig passive und versucht keine Überwindung von Leid. Zweifellos ist in jeder Gemeinschaft die Hinwendung auf das Du nötig, und zu ihr gehört auch Mitleid; bleibt der Mensch im (Mit-)Leiden allerdings stecken, bleibt er im Falschen verhaftet. Unter Umständen gefällt sich der Mensch sogar in seiner Rolle des Leidenden, so dass zur Lethargie auch noch Selbstgefälligkeit kommt; eine solche Grundhaltung wird unseres Erachtens für eine tragbare Sinnperspektive im Leben nicht reichen.

*Versöhnung* mit dem Leben und mit der Welt bedeutet vielmehr, die Grenzen des Daseins mit all seiner Polarität von Falschem und Richtigen anzunehmen, und zwar in der Überzeugung zu akzeptieren, dass ein richtiges im falschen Leben möglich ist, dass der Mensch einen guten Weg in seinem Leben gehen kann, dass er das Leben als kostbar erachtet, dass er es wertschätzt, ja dass er es in Achtsamkeit und Sorge für sich, für andere Menschen, für nicht-menschliches Leben und für die ganze Welt entfaltet und so dem Falschen viele Glücksmomente abringt und im Falschen Sinnperspektiven entwickelt.

Versöhnung mit dem begrenzten und (auch) von Leid und Tod geprägten Leben bedeutet, nicht mit dem Dasein zu hadern, sondern das Leben anzunehmen und für grundsätzlich kostbar und sinnvoll zu erachten. Das eigene Leid, das Leid seiner unmittelbaren Mitmenschen und das Leid in der Welt, ausgelöst z. B. durch von Menschen gemachte Kriege oder durch Naturkatastrophen, all das gehört zum Dasein. In der Versöhnung mit dem Leben gilt es, erstens auch diese Schattenseiten des Lebens anzunehmen und zweitens innerhalb der akzeptierten Grenzen des Daseins zu einem „richtigen“, also zu einem zu Glück und Sinn führenden Lebensweg, aufzubrechen.

Der Weg der Versöhnung lädt den Menschen ein, von jenen Taten der Verzweiflung gegen andere Menschen, gegen sich selbst und gegen die Welt abzusehen, die den Weg der Auflehnung pflastern. Ebenso lädt er ein, das Leben seiner Endlichkeit wegen nicht von vorneherein bloß passiv abzusitzen. Der Weg der Versöhnung lädt ein, richtiges im falschen Leben aktiv zu entwickeln, also weder die Überheblichkeit der Auflehnung noch die ergebene Leidenpose zu pflegen, sondern das Leben in Achtsamkeit und Sorge für sich selbst, für Andere und für die Welt zu leben, darin Glück zu empfinden und Sinn zu entwickeln.

Auf dem Weg der Versöhnung kann Dankbarkeit helfen, ein schweres „Schicksal“ zu ertragen. Im *Kleinen Prinzen* von *Antoine de Saint-Exupéry* geht es auch um den Abschied, um das Erleiden eines Verlustes und um den Umgang damit. „Ich habe die Farbe des Weizens gewonnen“, sagt der Fuchs und meint damit: *Vor* der Freundschaft mit dem Kleinen Prinzen hatten Weizenfelder für den Fuchs keine Bedeutung, schließlich isst er weder Getreide noch Brot. Aber mit der Freundschaft werden ihn nach dem Abschied die Weizenfelder an das weizenblonde Haar des Kleinen Prinzen *erinnern*. Er erleidet einen Verlust, ist aber reich an Erinnerungen, die ihn ganz neue Seiten des Lebens wie Weizenfelder bewusst und in Dankbarkeit wahrnehmen lassen.<sup>356</sup>

Beim Abschied bietet der Fuchs im Kleinen Prinzen einen zentralen Baustein von Lebenskunst: Das Schicksal oder die Erfahrung ist nicht das, was einem Menschen widerfährt, was er erlebt und erleidet, sondern das, *was er aus dem macht*, was ihm widerfährt, was er erlebt und erleidet. In der Psychologie heißt es: „Was ist, ist“: Menschen lassen oft nur ihre Sichtweise gelten, sie können sich nicht vorstellen, dass andere die gleiche Sache anders sehen, dass sie Dingen eine andere Bedeutung geben. Erst durch das Zutun des Menschen

wird Dingen Bedeutung verliehen, erst dieses Dazu-Tun bestimmt das Erleben.<sup>357</sup> Es kommt auf die inneren Bilder zur Bewertung der vielen einzelnen Lebenssituationen und des Lebens insgesamt an. Und für diese Einstellungen und Werthaltungen, auch im Umgang mit einem schweren Schicksal, ist der Mensch selbst verantwortlich.

Menschen *überschätzen* im Allgemeinen die Wichtigkeit der objektiven Realität und sie *unterschätzen* die Wichtigkeit der subjektiven Gedanken, also der *inneren Bilder*. Diese Kraft der Gedanken lässt Lebenssituationen als falsch oder richtig erscheinen, sie macht Menschen unglücklich oder glücklich. Der Mensch hat es selbst in der Hand – oder besser: im Kopf – wie unglücklich oder glücklich er ist; das hängt maßgeblich von seinen inneren Bildern ab, die gepflegt und weiterentwickelt werden wollen. Mit den inneren Bildern übernimmt der Mensch Verantwortung für sich selbst und ebenso für andere Menschen und für die restliche Welt.<sup>358</sup>

Der Weg der Versöhnung ist über körperlichen, geistigen und seelischen Sinn hinaus offen für eine *transzendente* Sinnperspektive: So sehen manche im Leben des *Jesus von Nazareth* einen neuen, einen beispielhaften Weg, der zur Nachfolge einlädt und der in der Nachfolge zur Annahme des Lebens in seiner Endlichkeit und zur Befreiung von der sog. „Sünde“, also von all den Auswüchsen eines Wegs der Auflehnung gegen die Welt, führen kann. Mit der Annahme der Polarität des Lebens wird der Mensch von der Wurzel aller „Sünden“ befreit und der Mensch „zu einem Leben in Liebe befreit“<sup>359</sup>. Die Umkehr zu einem Leben „mit Gott“, also zu einem Weg der umfassenden Annahme des Lebens, das bedeutet Selbstreflexion, das Standhalten gegenüber der Versuchung, sich gegen das (eigene und fremde) Leben zu stemmen, das Bereuen begangener „Sünden“, also der Abweichungen von diesem Weg, und eine Neuausrichtung des Lebens.<sup>360</sup>

So können eine neue, von Liebe – zu sich selbst, zu Mitmenschen und zur Welt – geprägte Gesellschaft im Hier und eine Perspektive über das irdische Leben hinaus entstehen. Transzendenter Sinn liegt in der Hoffnung, über dieses begrenzte irdische Leben hinaus in etwas Großem, in „Gott“ geborgen und für immer aufgehoben zu sein. „Auferweckung“ – oder auch „Auferstehung“ – steht im Juden- und im Christentum für diese ewige Einbettung des Menschen in einer transzendenten Sinnperspektive.<sup>361</sup>

## Alltag – Arrangement, Flucht oder Hinwendung?

**A**lltag beschreibt den Umstand, dass im Leben nicht wirklich Neues passiert. Alltägliches Geschehen kann nicht überraschen, weder im Positiven noch im Negativen. Hierbei unterscheidet sich der heutige Tag kaum von jenem von gestern, von vorgestern oder von noch früher, und ebenso wird er jenem von morgen, von übermorgen oder von noch ferner in der Zukunft gleichen.<sup>362</sup>

Der *Segen des Alltags* liegt im Trost der Sicherheit, mit ihm umzugehen. Man macht die Erfahrung der Souveränität im täglichen Leben, man kennt die kleine Palette möglicher Situationen und hat Muster abrufbereit, um sich darauf einzurichten. Die Handlungsmuster sind erprobt und machen einen souverän, insofern bieten Alltagssituationen das positive Erlebnis der Bewältigung. Unwägbarkeiten mit dem Risiko des Scheiterns treten nicht auf, so dass ein Gefühl der Sicherheit entsteht. Diese Souveränität ist zweifellos klein und bescheiden, aber immerhin ist es Souveränität, den Alltag zu beherrschen.<sup>363</sup>



Der *Fluch des Alltags* liegt in der Ahnung der Endlichkeit. Tag für Tag vergeht, Tag für Tag könnte man etwas Neues, Schöneres oder Aufregenderes erleben, aber es ereignet sich bloß das Gewohnte. Die Tage werden austauschbar, und die endliche Zahl der Lebenstage schmilzt dahin. Mit dem Alltag zerrinnt das Leben förmlich zwischen den Fingern, die Sanduhr läuft ab. Das alltägliche Leben bietet zwar nichts Außergewöhnliches, mit der entstehenden und beklemmenden Ahnung der Endlichkeit muss man allerdings umgehen lernen, so oder so.<sup>364</sup>

Im Paradoxon des Alltagslebens, zu dem der Trost der Sicherheit und die Ahnung der Endlichkeit gehören, ist der Mensch gefangen. Welche *Wege* kann der Mensch im und aus dem *Gefängnis des Alltagslebens* beschreiten?<sup>365</sup>

(1) Ein erster Weg zieht Pfade im Gefängnis, ohne dessen Mauern zu überwinden, es ist der *Weg des Arrangements*. Der Mensch sieht sich nicht ausreichend wirkmächtig, um aus dem Gefängnis auszubrechen, oder er will die hierfür nötige Kraft nicht aufwenden, vielmehr geht er den auf den ersten Blick einfachen Weg der ergebnen Annahme seines Schicksals: Er akzeptiert die Lebenssituation, in die er sich hineingestellt sieht, er nimmt „sein Schicksal“ an. Die Verantwortung für diese Umstände und seine konkrete Positionierung sieht er gemeinhin nicht bei sich, sondern exogen. Es sind gesellschaftliche Rahmenbedingungen, es sind andere Menschen und viele andere Faktoren, denen sich der Mensch mehr oder weniger ausgeliefert sieht. Er arrangiert sich mit den Umständen, fragt nicht weiter nach ihrer Veränderbarkeit, akzeptiert sie also stillschweigend und richtet sich sein Leben bestmöglich ein, mithin betreibt er die Maximierung seines persönlichen Nutzens unter den gegebenen, starken Restriktionen der Umgebung.<sup>366</sup>

(2) Ein zweiter Weg ist der Ausbruch aus dem Gefängnis des Alltags, die Mauern des Gefängnisses „Leben“ werden durch Zerstörung überwunden. Dieser *Weg der Flucht* geht mit Gewalt einher, mit Gewalt gegenüber anderen Menschen und der Welt und unter Umständen auch mit Gewalt gegenüber sich selbst.

Die Flucht aus dem Alltag kann einerseits eine *Flucht in Heroismus* sein. Die heroische Übersteigerung des eigenen Lebens soll dem Menschen eine Befreiung bieten: von einem mühsamen, von einem kleinbürgerlichen, spießigen, selbstgefälligen Alltag, von einem Leben, das voll von als kleinlich empfundenen, fremden Regeln und Normen ist, von einem Leben mit bloß kleinsten Freuden und mit großen Ängsten, von einem Leben in grauer und schwarzer Tristesse. Der Weg des Heroismus überwindet eine Verflachung des Lebens und erfüllt die große Sehnsucht des Menschen nach einem „großen“ Leben. Das kann ein Heroismus der spektakulären Tat, der Öffentlichkeit, der Ehre und Anerkennung, des Mutes usw. sein.<sup>367</sup>

Aus einem verflachten Alltag in das Heroische flüchten verspricht vornehmlich Selbst- und Fremddachtung: Achtung vor sich selbst, indem man sich als etwas Besonderes, Besseres und dem Gewöhnlichen Enthobenes empfindet, und Achtung durch Andere, indem man Anerkennung erfährt, Macht hat und ausübt etc. Dieser Heroismus verspricht einen Distinktionsgewinn; man wendet sich vom alltäglichen Menschen ab, man entsolidarisiert sich von ihm und verachtet ihn, mitunter sogar in tödlicher Art, auf dem empfundenen Unterschied zum alltäglichen Anderen gründet das Hochgefühl des Helden.<sup>368</sup>

Den Weg des Heroismus kann ein Mensch für sich gehen, indem er sein individuelles Leben gegenüber Mitmenschen überhöht und dadurch seinem individuellen Alltag entflieht. Geht eine Gemeinschaft den Weg des Heroismus, so flüchtet z. B. ein ganzes Volk aus seiner Alltäglichkeit in das Heroische. Nationalistische politische Ideologien erzeugen und bedienen die Sehnsucht nach einem heroischen Leben einer ganzen „Nation“ aus der Unterscheidung und Verachtung anderer alltäglicher Nationen. Die politische Geschichte lehrt, dass kollektiver Heroismus in exzessive Gewalt münden kann, wovon etwa die großen Katastrophen des Ersten und des Zweiten Weltkriegs, die faschistischen Ideologien des Nationalsozialismus und des Bolschewismus, die Schoa, die Genozide in Armenien oder Ruanda, die Unterdrückung von Minderheiten und Apartheidsysteme, die Aufrufe zu und die Durchführung von „heiligen Kriegen“ usw. zeugen. Der Weg des kollektiven Heroismus bedeutet in der Regel die tödliche Verachtung anderer Menschen, in der Geschichte ist er mit Millionen von Toten gepflastert.

Neben dem Heroismus kann der Mensch die Gefängnismauern des Alltags auch durch eine Flucht im wörtlichen Sinn überspringen: Sein Freitod beendet das Leben und damit auch den verflachten Alltag. Ob der Mensch seinen Alltag auch auf diese Weise verlassen darf, ist sehr umstritten.

Ist dem Menschen sein Leben von einer höheren Instanz wie Gott mit dem immanenten Auftrag geschenkt, zum eigenen und zum Wohl Anderer zu wirken, oder wohnt dem Menschen eine – letztlich wiederum von außen kommende – Würde inne, die seinen Einsatz als bloßes Instrument für menschliche Zwecke ausschließt, so entzieht sich das Leben der Disposition des Menschen. Handlungen, die (menschliches) Leben aktiv oder auch passiv beenden, verstoßen hier gegen eine der Welt eingeschriebene Ordnung, also gegen ein Naturrecht, wie vor allem Religionen ausführen, oder gegen die dem Menschen innewohnende Würde, die seine Instrumentalisierung auch zur Beendigung eigenen Leids nicht zulässt, wie etwa *Immanuel Kant* betont.

Ist der Mensch aber autonom in Bezug auf sein Leben, so stellt auch der selbst gewählte – aus biologischer Sicht vorzeitige – Ausstieg daraus einen denkbaren Weg dar. Zeigt das individuelle Entscheidungskalkül diesen Weg als die optimale Alternative, so wird er ausgewählt und realisiert. Mithin ist hier auch das Leben selbst Gegenstand einer Optimierung durch den Menschen, der sein Leben durch die Brille des Nutzens sowie der Kosten und des Leids sieht. Zwei der vielen Probleme eines „*Kalküls zum Lebensausstieg*“ sind (1) der Inhalt von Nutzen und Kosten und (2) die zeitliche Stabilität der Präferenzen:

Was ist *Nutzen* im Leben? Jeder Mensch entscheidet für sich, was ihm wichtig und unwichtig erscheint und wie wichtig ihm das Wichtige erscheint, mithin definiert er seine individuelle Nutzenfunktion, in der all seine Lebenspräferenzen zum Ausdruck kommen. Realiter ist der Mensch aus Gründen der Komplexität des Lebens nicht in der Lage, eine solche das gesamte – aktuelle und erwartete künftige – Lebensgeschehen umfassende, konsistente Nutzenfunktion im Sinne einer mathematischen Funktion zu formulieren. Die Vielfalt des Lebens und die Unsicherheit der Zukunft verunmöglichen die *Nutzenfunktion des Lebens*. Analoges gilt für die Kostenseite des Kalküls, die zu „negativem Nutzen“ führt: Was sind *Kosten* im Leben, was ist Leid und vor allem, wie schwer wiegen solche Kosten? Sowohl Nutzen- als auch Kostengrößen des Lebens sind meist keine Geldgrößen mit genauen Nominalwerten, sie setzen eine Bewertung immaterieller Größen wie Freude, Glück, Liebe, Sinn, Schmerz usw. voraus!

Selbst dann, wenn ein Mensch die Nutzenfunktion seines Lebens formulieren kann und damit seine Lebenssituationen und sein Leben insgesamt abbildet, heißt das noch nicht, dass seine Präferenzstruktur *zeitlich stabil* ist. Womöglich denkt er später über konkrete Lebenssituationen ganz anders, d. h. seine Präferenzstruktur kann sich im Zeitablauf ändern. Womit der Mensch heute z. B. keine Freude verbindet, kann ihm später Gefühle der großen Freude bereiten, und was er heute als Schmerz und Leid und mithin als negativen Nutzen sieht, kann er später in einer größeren Sinnperspektive als positiv bewerten.

Würde der Mensch auf der Grundlage eines höchst unvollkommenen Nutzen-Kosten-Kalküls zur Entscheidung kommen, aus dem Leben gewaltsam auszusteigen, so ist diese Handlung unumkehrbar. Der Mensch vermag nicht einzuschätzen, wie seine Präferenzen in konkreten Lebenssituationen der Zukunft aussehen werden, daher müsste er schon aus Eigeninteresse diesen Vorbehalt in seinem aktuellen Lebenskalkül berücksichtigen. Optimiert der Mensch sein Leben unter diesem *Vorbehalt zeitlich instabiler Präferenzen*, dann kann die unumkehrbare Tat des Lebensausstiegs keine rationale Handlungsmöglichkeit darstellen, schließlich würde er sich damit aller Andersbewertungen in der Zukunft berauben, die unter Umständen zu einem ganz anderen Ergebnis als heute führen! Wenn der Mensch schon keine naturrechtlichen, transzendenten oder anderen Gründe für den Ausschluss des Freitodes akzeptiert, so muss ihm doch die *Vagheit*

- der augenblicklichen Nutzen- und Kostengrößen und
- der zeitlichen Stabilität jeder Lebensbewertung

zu denken geben und den Weg des Ausstiegs verwehren.

(3) Ein dritter Weg fokussiert auf *das Bewegliche im Alltag*. Er beginnt mit einer *Reflexion* über den Alltag und entdeckt so erstens seine Gewöhnlichkeit, zu der auch Leid, Schmerzen, der Tod und mithin die Endlichkeit allen Lebens (und auch aller Materie) gehören. Die reflexive Sicht auf das alltägliche Leben muss auch *Raum für ein Klagen*, das auch ein Anklagen sein kann, bieten. Erst mit dem Aussprechen des Bedrückenden, erst mit der Klage kommt der Mensch zurück in das Leben, und zwar zu seinem Ich, zu einem Du und zur Welt. Dass die großen Religionen Gebete, Lieder, Litaneien u. ä. als Klagen und Anklagen, auch einem fernen und vielleicht abwesenden Gott gegenüber, vorsehen, kommt nicht von ungefähr.<sup>369</sup> Auch atheistische und antitheistische Strömungen – die erste geht von einer Welt ohne Gott aus und die zweite lehnt Gott aktiv ab – diese „Religionen der Humanität“ erkennen, wie wichtig (an)klagende Worte des Menschen sind, um am Leben nicht zu verzweifeln.<sup>370</sup>

Die Reflexion des Alltags lässt erkennen und klagen, wie falsch der Alltag, wie falsch das Leben sei. Doch statt eines Arrangements mit oder einer Flucht aus dem Falschen geht es im zweiten Teil des nunmehrigen Weges um *Hinwendung und Entdeckung*: Die Hinwendung auf den Alltag heißt, eine Liebe zum Gewöhnlichen zu entwickeln, Aufmerksamkeit sich selbst, dem Mitmenschen und der Welt gegenüber einzuüben, das kleine Neue im Ich, im Du und in der Welt zwischen den Zeilen des Alltags wahrzunehmen. Eine liebende Aufmerksamkeit für den Alltag lässt das kleine Neue entdecken und entwickeln, sie versöhnt mit dem Gewöhnlichen im Leben und mit dem Leben insgesamt, sie lässt eine wohldosierte Umkehr zu einem richtigen im falschen Leben zu, also dem Falschen Richtiges abgewinnen.

Mit diesem Weg kann der Mensch erkennen, dass der Alltag jener Ort ist, wo das gesamte Leben stattfindet. An diesem Ort treffen das Gewöhnliche und das Außergewöhnliche, das Althergebrachte und das – kleine und große – Neue aufeinander. Der Alltag ist jener Ort, wo

es um alles im Leben geht, auch um neue Möglichkeiten. Im Alltag soll der Mensch ganz da sein, ohne allerdings in ihm aufzugehen – so kann er über das Gewöhnliche des Alltags hinaus größere, unter Umständen auch transzendente, Sinnzusammenhänge entwickeln. Mit der Hinwendung auf ein Du und/oder auf eine Aufgabe oder Sache kann der Mensch das Leben und sein Potenzial entfalten.

## Angst treibt zum Leben an

Zu einer „Gesellschaft der Angst“ sei die moderne Gesellschaft geworden, stellen Soziologen fest.<sup>371</sup> Die Angst (oder Furcht) scheint allgegenwärtig zu sein: vor Krankheit, vor dem Verlust von Bindungen, vor Kritik, vor Demütigung, vor dem Nichterhalt oder Verlust eines Arbeitsplatzes, vor einem Scheitern, vor Verarmung, vor dem Tod, vor gesellschaftlichen Umbrüchen, vor Migration, vor ideologischen Strömungen, vor kriegerischen Auseinandersetzungen, vor atomarer Verstrahlung, vor Klimakatastrophen usw. usf. Beobachtbar ist etwa auch die Angst, den stark erhöhten Kompetenzanforderungen der sozialen Teilhabe nicht mehr gerecht zu werden; eine gute Herkunft und ein höheres Bildungszertifikat garantieren heute keine erfolgreiche Lebenskarriere, man kann dennoch im Leben schlecht landen.<sup>372</sup>

Die gesellschaftliche Atmosphäre der Angst beruht darauf, dass „alles so offen ist“, weil so viele Möglichkeiten bestehen und weil immer auch alles auf dem Spiel steht. Die zunehmende „Optionalisierung des Lebens“ bedeutet eine größere Wahlfreiheit und damit auch eine größere Gefahr des Absturzes, und das löst vielerorts massive Angst aus.<sup>373</sup>

Aus dem Blickwinkel der Evolution ist Angst wichtig für das Überleben der Arten; ohne Mechanismen der Angst wäre der Mensch wohl zu einem unberechenbaren Draufgänger geworden und längst ausgestorben. Aus der Perspektive der Hirnforschung ist der Mandelkern des Gehirns der Knotenpunkt der Angstregulation, von dem Hormon-Kaskaden ausgehen, um den Körper in Alarmbereitschaft zu versetzen. Ein übersteigertes Ausmaß an Angst kann eine Angsterkrankung darstellen, die zu den häufigsten psychischen Störungen zählt.<sup>374</sup>

Aus neurobiologischer Sicht hat Angst mit dem Zusammenkommen von *offenen lebenden Systemen* – wie Zellen, Lebewesen, Populationen, Gesellschaften – mit *Änderungen ihrer Außenwelt* zu tun. Offene lebende Systeme verfügen über Mechanismen, um Veränderungen der Außenwelt, die die innere Ordnung und Struktur bedrohen, abzuf puffern, abzuschwächen oder ihnen auszuweichen. Diese Mechanismen werden bei fortgesetzter Nutzung immer besser ausgebahnt, d. h. neuronale Verschaltungen werden gefestigt, und fortentwickelt. Solche *adaptiven Modifikationen* betreffen sowohl körperliche Merkmale, wie z. B. Veränderungen der Haut bei bestimmten Beanspruchungen, als auch psychische Reaktionen wie Verdrängung, Abschirmung, selektive Wahrnehmung usw. Sie sind geeignete Reaktionen, um eine nur geringe Unordnung auslösende Störung aus der Außenwelt zu bewältigen. Diese Mechanismen werden bei „kontrollierbaren Belastungen“ aktiviert: Bei wiederholten kontrollierbaren Störungen werden die Mechanismen der Angst- und Stressbewältigung gebahnt, ausgebaut und sukzessive verbessert; so entstehen Spezialisierungen und zur Routine werdende Reaktionen.<sup>375</sup>

Je spezialisierter die Mechanismen zur Störungsbewältigung ausgebaut sind, umso schwieriger wird es, mit andersartigen, bislang nicht oder selten aufgetretenen Störungen fertig zu

werden; Spezialisierung bedeutet, auf die Bewältigung bestimmter Störungen beschränkt zu bleiben. Bei anderen, seltenen Veränderungen der Außenwelt kommt es dann zu einer tiefergreifenden Störung der inneren Ordnung des Systems. Und hier hilft nur noch die Aktivierung „unspezifischer Notfall-Reaktionen“, die kurze Zeit hindurch realisierbar sind. Ohne geeignete Abwehrstrategie wird die Störung zu einer „unkontrollierbaren“, sie destabilisiert das System. Diese Destabilisierung ist Voraussetzung und Grundlage für die Reorganisation der inneren Ordnung.<sup>376</sup>

Eine Neuorganisation der inneren Ordnung bedeutet, neuartige Strategien und Reaktionen zu finden und zu formen, sie verringern die destabilisierende Wirkung der Einflüsse aus der Außenwelt. Die Neuorganisation bahnt und festigt Neuentwicklungen und verbessert die adaptive Potenz.<sup>377</sup> Die neuronalen Verschaltungen im Gehirn können zeitlebens verändert werden, etwa durch die Vergrößerung oder Verkleinerung der synaptischen Kontaktflächen, durch die verstärkte oder verminderte Ausbildung prä- und postsynaptischer Spezialisierungen, durch Veränderungen bei Rezeptoren für Botenstoffe usw. Im Gehirn werden synaptische Verbindungen und Verschaltungen der Neuronen ständig stabilisiert, aufgelöst und umgestaltet.<sup>378</sup> Diese biologischen Prozesse der Bewältigung von Angst und Stress sind durch psychische Faktoren beeinflussbar, ja durch die Art und Weise der fortgesetzten „Benutzung“ des Gehirns bewusst und aktiv gestaltbar.<sup>379</sup>

*Kontrollierbare* Herausforderungen stimulieren die Spezialisierung, sie verbessern die Effizienz bestehender Verschaltungen und sind an der Ausprägung und Weiterentwicklung von Persönlichkeitsmerkmalen wesentlich beteiligt. Schwere, *unkontrollierbare* Belastungen destabilisieren vorhandene, aber nun unbrauchbare Verschaltungen, gleichzeitig ermöglichen sie die Neuorientierung und Reorganisation der bisherigen Verhaltensmuster. Durch sie ist der Mensch in der Lage, einmal ganz woanders anzufangen, umzulernen, neue Möglichkeiten zu entwickeln und neue Wege zu gehen.<sup>380</sup>

Sobald die innere Ordnung eines lebenden Systems gefährdet oder verloren ist, unternimmt der Mensch also alles, um die verloren gegangene „Harmonie“ wiederzufinden: Einerseits kann er sich nach der „alten Harmonie“ sehnen und versuchen, sie mit seinen Mechanismen zur Bewältigung von Angst und Stress wiederzugewinnen; die Rede von der Sehnsucht nach dem verlorenen Glück der Kindheit bei *Adorno* drückt das Streben nach dieser alten Harmonie aus. Andererseits – besonders dann, wenn die Wiederherstellung der alten Harmonie nicht klappt – geht es um die Entwicklung einer „neuen Harmonie“, von neuen Wegen und Möglichkeiten der Bewältigung von Störungen in dem Sinn, Angst und Stress (wieder) kontrollierbar zu machen. Und weil in der Regel die alte Harmonie nicht wiederherstellbar ist, „kann alles, was lebt, nie so bleiben, wie es ist“.<sup>381</sup>

Bleiben allerdings Angst und Stress für eine längere Zeit unkontrollierbar, so entsteht eine nahezu ausweglose Situation mit unkontrollierbaren Reaktionen. Solche können bei Menschen, die noch Kraft haben, z. B. eine steigende Gewaltbereitschaft oder Narzissmus, bei anderen Resignation, Krankheit, der Ausstieg aus dem Leben und der Tod sein.<sup>382</sup> Entscheidend ist die subjektive Bewertung von Anforderungen in einer Angst- und Stresssituation: Krank machender Stress, auch „Dysstress“ oder „Distress“ genannt, oder gesund erhaltender Stress, auch als „Eustress“ bezeichnet, der auf eine positive Bewältigung, eine Reorganisation und neue Möglichkeiten im Leben ausgerichtet ist.<sup>383</sup>

Die unter Umständen äußerst gravierenden Auswirkungen von Angst dürfen nicht in der Weise missverstanden werden, dass eine *völlige Angstfreiheit* den Idealzustand darstelle: Wer seine Angst völlig besiegt, wer also keine Angst hat, der erwartet in der Regel nichts (mehr) vom Leben und der Welt, er hat die Idee verworfen, das Leben und die Welt ließen sich verändern, er ist im Zustand der Hoffnungslosigkeit, dem „großen Preis der Angstlösung“.<sup>384</sup>

Der Mensch braucht immer neue Herausforderungen und die damit einher gehende Angst: Mit kontrollierbaren Stressreaktionen passt er sich immer besser an die vielfältigen Erfordernisse der Außenwelt an; darin liegt aber auch die Gefahr, vom eigenen Erfolg geblendet, starr und unachtsam zu werden. Daher braucht der Mensch auch die Angst mit unkontrollierbaren Stressreaktionen, um aus den bisherigen Bahnen im Denken, Fühlen und Handeln auszubrechen und nach neuen Möglichkeiten und Wegen Ausschau zu halten. Angst und die folgenden Stressreaktionen hat der Mensch nicht, um krank zu werden, sondern damit er sich und die Welt verändern kann. Krank wird der Mensch dann, wenn er Herausforderungen des Lebens und der Welt vermeidet, immer wieder nur einzelne bestimmte Herausforderungen sucht, wenn er sich weigert, Angst zuzulassen, wenn er unfähig wird, auf neuen Wegen zu schreiten. Dank der Plastizität seines Gehirns und seines Verstandes kann der Mensch die Entwicklungsrichtungen seiner Reaktionen auf Angst und Stress gezielt beeinflussen; er kann Fehlentwicklungen erkennen und in sie eingreifen, er kann Spuren zu neuen Möglichkeiten suchen und daraus neue Wege anlegen.<sup>385</sup>

Während die völlige Befreiung des menschlichen Denkens, Fühlens und Handelns von Ängsten in Hoffnungslosigkeit mündet,<sup>386</sup> verspricht – ein rechtes Maß an – Angst Hoffnung und Orientierung im Leben:

(1) Angst bietet – über die Reaktionsmechanismen zu ihrer Bewältigung – die Hoffnung, die Aussicht auf *neue Möglichkeiten* im Leben. Hoffnung zu haben, das bedeutet auch, eine gewisse Angst vor den Veränderungen des Lebens und der Welt zu haben. Neue Möglichkeiten im Leben sind Spuren und Wege zu Glücksmomenten und Sinn.<sup>387</sup>

(2) Angst – letztlich vor der Begrenztheit des Lebens und vor dem Tod – lässt den Lastcharakter und die Endlichkeit des Daseins erfahren. Sie spricht damit den Appell aus, das Leben zu leben und das eigene Leben selbst zu führen.<sup>388</sup> Aus dieser letzten Angst folgt also der Impetus, sein Leben selbst in die Hand zu nehmen, es vor allem seiner Begrenztheit wegen für kostbar zu erachten und darin „Richtiges“ – Glück und Sinn – selbst und aktiv zu entwickeln.

Die Angst zu sehen als Hoffnung und als Aufforderung zu leben, das kann helfen, jene Angst zu vermeiden, die den Menschen kaputt zu machen droht: *die Angst vor der Angst*. Wenn der Mensch seine eigenen Ängste und die seiner Mitmenschen sieht, hört, kennt und aktiv zu bewältigen versucht, dann braucht er keine Angst vor der Angst mehr zu haben. Die Lösung von der Angst vor der Angst kann ein großer Schritt zu Glück und Sinn sein.<sup>389</sup>

## Die Hinwendung auf ein Etwas – die „Bedeutung“ von Sachen und Aufgaben

**H**inwendung steht für Achtsamkeit und Sorge, die ein Mensch z. B. für ein Du oder für ein Etwas, also für Sachen, Tiere und Aufgaben, entwickelt und lebt. Der Mensch schenkt damit Interesse und Wohlwollen einem menschlichen oder anderen Gegenüber, er baut zu diesem eine Beziehung auf und diese Hinwendung wirkt auf ihn zurück. Indem der Mensch sich hinwendet, schafft er die Grundlage, um Glück und Sinn im Leben zu „finden“. Die Hinwendung auf ein Gegenüber ist der unverzichtbare „Umweg“. Würde der Mensch Wohlfühlglück oder Lust, würde er Sinn im und einen Sinn des Lebens *direkt*, also ohne den Weg über die Hinwendung auf ein Gegenüber anstreben, so wird er scheitern. Glück und Sinn sind ohne die Hinwendung auf ein Du oder auf ein Etwas nicht zu haben.

Die Notwendigkeit des Umwegs der Hinwendung bedeutet, dass die *ausschließliche* Hinwendung auf das Ich, dass Egoismus oder gar Narzissmus Irrwege sind, wenn es um das Entwickeln von Glück und Sinn geht. Der Mensch geht dann unter, das falsche Leben vereinnahmt ihn dann, wenn er sein Augenmerk, sein Interesse und seine Ziele ausschließlich auf sich selbst richtet, auf sein augenblickliches Glück, auf seinen Sinn in einer Lebenssituation oder auf seinen Sinn des Lebens. Es ist die Beziehung zu einem Du oder zu einem Etwas, die eine tragfähige Brücke schlägt, die eine belastbare Basis für das Finden von Glück und Sinn baut. Und angesichts des Falschen, der Polarität des Lebens muss dieses Fundament sehr belastbar sein. Man kann sogar sagen: Je größer die Last des Falschen im Leben ist, umso wichtiger ist die Hinwendung auf ein Du und auf ein Etwas!

Über das Nur-für-sich-Sein und die Hinwendung auf ein Du machten wir uns schon Gedanken, hier soll die *Hinwendung auf ein Etwas* im Mittelpunkt stehen, und zwar jene auf die Natur, auf ideell aufgeladene materielle Güter, auf Essen und Trinken, Heimat, Tiere und Aufgaben. So vielfältig ist das Etwas, dem ein Mensch in seinem Leben *Bedeutung* schenken kann, das er mag oder liebt, das er wertschätzt, um das er sich und für das er sorgt.

Die Hinwendung auf die *Natur* führt zu Achtsamkeit und Sorge für das gegebene „natürliche“ Umfeld des Menschen. Er selbst ist Teil der Natur, durch seine Existenz und seine Handlungen wirkt er auf sie ein und diese wirkt auf ihn zurück; aufgrund des Wechselspiels aus Ein- und Rückwirkung gibt es kaum eine „reine Natur“. Dank des technischen Fortschritts konnte sich der Mensch von der Natur weitgehend befreien, die Auswirkungen dieser Befreiung sind heute zum Teil desaströs und Besorgnis erregend, sie lassen eine grundlegende Umkehr im Handeln des Menschen geboten erscheinen. Achtsamkeit und Sorge für die Natur bedeuten, die Befreiung von der Natur um eine Begrenzung der Freiheit des Menschen zu erweitern, von der Ich-Perspektive zu einem Denken in größeren Räumen und Zeiträumen, in größeren Kreisläufen zu kommen, kurzum: ökologisch nachhaltig zu agieren.<sup>390</sup>

Achtsamkeit und Sorge für die Natur erfordern keine nach menschlichen Maßstäben ideale Natur, der Mensch kann die gegebene Natur bejahen, wertschätzen, sie gar lieben sowie in und gegenüber ihr wohlwollend handeln. Diese Hinwendung kann und wird auf Teile der gegebenen Natur besonders gerichtet sein, wie z. B. auf ein bestimmtes Stück Land, auf einen Berg oder ein Waldstück, auf eine Flusslandschaft, auf einen bestimmten Baum, auf einen Garten, auf die Sonne usw. Der acht- und sorgsame Umgang mit der Natur ist – wie jede Beziehung – eine willentliche Entscheidung des Menschen. Der Mensch hat die Freiheit, sich

der Natur, sich Teilen der ungemein vielfältigen Natur bejahend zuzuwenden, und auch diese Freiheit ist ohne ihren siamesischen Zwilling der Verantwortung nicht zu haben.<sup>391</sup>

Die Fülle und die Vielfalt der Natur in der Hinwendung auf sie zu erfahren ist mögliche Quelle für Wohlfühlglück und für Sinn, sie lässt die Fülle des Lebens, auch des menschlichen Lebens, schmecken, und das auf allen Ebenen: auf jener der körperlichen Sinne (des Sehens, des Hörens usw.), der Gefühle und des gedachten Sinns; obendrein vermag die Hinwendung auf die Natur eine Ahnung vom ewigen Werden und Vergehen, von einem Eingebunden-Sein in größere, überirdische Zusammenhänge, also transzendenten Sinn zu vermitteln.<sup>392</sup>

Die acht- und sorgsame Hinwendung auf die Natur führt zur Integration der ökologischen Nachhaltigkeit in die Lebenskunst. Es ist die Liebe zur Natur, die den Menschen auch zur Selbstbeschränkung und zum gelegentlichen Verzicht auf augenblickliches, kurzfristiges Glück führen kann, um damit das Bedeutendere zu fördern. Allerdings ist die (restliche) Natur nicht auf den Menschen angewiesen, letztlich wird der Mensch um seines eigenen Überlebens willen die Hinwendung auf die Natur praktizieren.<sup>393</sup>

Die Hinwendung auf die Natur fokussiert erstens auf die äußere, auf die den Menschen *umgebende Natur*. Zweitens kann sie auch auf die eigene Natur des Menschen, also auf den *eigenen Körper* gerichtet sein. Die Grundüberzeugung, das Leben sei lebenswert und man könne ihm trotz all des Falschen auch Lebenswertes, Schönes, Richtiges abgewinnen, führt zur Hinwendung auf den eigenen Körper. Dieser ist die Grundlage für Glück und Sinn auf allen Ebenen, ohne eine liebende und beschützende Beziehung zu ihm droht die Grundlage für Glück und Sinn verlorenzugehen. Der Körper ist fragil, anfällig für eine schier unendliche Zahl von Krankheiten und obendrein von vorneherein hinfällig; diese Erkenntnis fügt der Freiheit im Umgang mit dem eigenen Körper eine existenzielle Verantwortung in Bezug auf den Lebensstil hinzu; hierbei geht es etwa um Belastungen durch Arbeits- und Freizeitstress, um Essen und Trinken, um Bewegung, um elementare Pflege usw. Seine physische Natur sowohl in der Fülle als auch in der Endlichkeit anzunehmen sowie acht- und sorgsam zu behandeln, das ist elementar für menschliche Lebenskunst; zu ihr gehört auch, diese Hinwendung nicht in der Weise zu übertreiben, dass sie einseitig, dass sie ausschließlich wird und jene auf ein Du und auf ein anderes Etwas vergisst.

Die Hinwendung auf – *ideell aufgeladene* – *materielle Güter* fokussiert auf zweierlei: erstens auf das materielle Gut und zweitens auf eine hinzukommende „Idee“. Materielle Dinge haben für sich allein genommen (noch) keine Bedeutung für den Menschen. Die Hinwendung auf materielle Dinge, mit der sie für einen Menschen „bedeutend“ werden, stellt eine Aufladung, eine Erweiterung materieller Güter um eine „Idee“ dar, also um Erinnerungen, Gedanken, Visionen, Träume, Werte etc. Erst ideell aufgeladene materielle Güter sind für den Menschen wichtig, bilden eine Basis für Glück und Sinn. In der Hinwendung kommen materielles und ideelles Gut zusammen; schon sprachlich steckt im „ideell“ die „Idee“. <sup>394</sup> Erst ideell aufgeladene materielle Güter bieten dem Menschen Heimat in einem unter Umständen als fremd empfundenen Leben, lassen dem falschen Leben Richtiges abgewinnen.

Die Relation zwischen Materiellem und Ideellem ist nicht einseitig in dem Sinne, dass zunächst das materielle Ding vorliegt und danach eine Idee hinzukommt oder auch nicht, vielmehr ist die Beziehung eine wechselseitige: Materielles ist ohne Idee bedeutungslos und Ideen sind ohne Materielles mangelhaft und unbefriedigend.<sup>395</sup>



Es sind die *Ideen* der Schönheit, der Liebe, der Gerechtigkeit, der Freiheit<sup>396</sup> usw., die materielle Güter das Potenzial zum „Guten“ für den Menschen verwirklichen lassen. Auch hier ist die Assoziation zwischen „Gut“ und „gut“ bemerkenswert, wenngleich „Güter“ auch zum Schlechten des Menschen eingesetzt oder besser missbraucht werden können.

Die *Idee der Schönheit* wird dann erlebbar – etwa mit menschlichen Sinnen oder mit Gefühlen – und damit Grundlage für Glück und Sinn, wenn sie materialisiert wird in schönen Dingen wie Schmuck, Kleidung, Garten, Bildern, gedruckten Buchstaben oder – im Fall von Musik – in besonderem Schall. Die Hinwendung auf mit Schönheit verknüpfte materielle Dinge kann sogar eine leidenschaftliche sein.

Die *Idee der Liebe* zu einem Menschen kommt ohne das Materielle nicht aus: *Erstens* bedarf die Liebe zu einem Menschen eines wirklichen, also körperlich vorhandenen Menschen (zumindest in der Erinnerung an ihn); sinnliche Wahrnehmungen, Gefühle und auch innere Bilder vom Du erfordern ein zumindest irgendwann tatsächlich vorhandenes Du. Eine Liebe ohne Aussicht auf diese Art der Materialisierung wird letztlich unbefriedigend – in einem durchaus umfassenden Sinn – bleiben. *Zweitens* kann die Liebe durch materielle Güter symbolisiert werden. Ein Ring oder ein Blumenstrauß sind Symbol für die Liebe zu einem Menschen, für die Hinwendung und damit Bedeutung des Du. Der materielle Wert dieser Symbole im Sinne eines objektiven, also beobachtbaren Marktpreises mag gering sein, ihr subjektiver Wert für die verbundenen Menschen kann sehr weit darüber liegen.

Die *Idee der Gerechtigkeit* kann als ideelles Gut für sich existieren, ohne Verwirklichung und damit Materialisierung bleibt sie eine schöne, aber theoretische und für benachteiligte Menschen und Gruppen unbefriedigende Idee. Werden mit Gerechtigkeit z. B. der gleiche Zugang zu Ämtern und Positionen und gleiche Bildungschancen verbunden, so müssen der materielle Zugang und die materielle Chancengleichheit erst geschaffen werden. Nur die Materialisierung der Gerechtigkeitsidee schafft Hilfe für Benachteiligte.

Die *Idee der Freiheit* entfesselt den Menschen in einer doppelten Bedeutung. Historisch als „Freiheit von“ im Sinne von Abwehrrechten gegenüber dem Staat entstanden und in modernen Gesellschaften zu einer „Freiheit zu“ fortentwickelt, eröffnet sie dem Menschen einen grundsätzlich sehr großen Raum an Möglichkeiten. Neben den großen Grund-, Freiheits- und Sozialrechten gehört hierzulande etwa auch die Freiheit aus einer Mobilität des Autos oder des Flugzeuges dazu, die sich der einzelne Mensch mit einem durchschnittlichen Erwerbseinkommen leisten kann; Freiheit wird hierbei durch materielle Dinge wie Automobile oder Reisen verwirklicht und erfahrbar und so die Grundlage für Glück und Sinn.

Materielle Dinge verwirklichen Ideen, also Visionen, Vorstellungen, Gedanken, Fantasien u. ä. Die *Welt der Ideen* eines Menschen ist schier unendlich und vor allem nicht vergänglich (innerhalb seines biologischen Lebens): Die Beschäftigung mit Werken des Geistes anderer Menschen, wie z. B. mit wissenschaftlichen Publikationen, mit Philosophie und Literatur etc., und besonders die Arbeit an Werken des eigenen Geistes zeugen von der Unendlichkeit und „Ewigkeit“ der Welt der Ideen.<sup>397</sup> Das mag auch der vornehmliche Grund dafür sein, warum die Welt der Ideen Menschen zu begeistern vermag.

Die *Welt der Ideen* schafft – grundsätzlich sehr, sehr viele – *Möglichkeiten*. Wesentlich ist zu erkennen, dass nur ein kleiner Teil dieser Möglichkeiten materielle Wirklichkeit werden kann

und dass mit der Verwirklichung einer Möglichkeit vielfach zahlreiche andere nicht mehr verwirklicht werden können; die Umsetzung verlangt eine Selektion und mit der Auswahl einzelner Ideen werden viele andere verworfen. Die *Welt der Wirklichkeit* ist eine kleine Teilmenge aus dem Raum der Ideen, insofern ist sie endlich. Obendrein ist jede materielle Verwirklichung in Raum und Zeit eingebunden, sie ist vergänglich. Zwischen der Welt der Ideen und der Welt der Dinge tut sich demnach eine Kluft auf: Ideen zeigen, wie Dinge sein könnten, die Wirklichkeit zeigt Dinge so, wie sie sind. Zwischen dem möglichen Sein der Ideen und dem wirklichen Sosein der Dinge klafft eine *ontologische Differenz*.<sup>398</sup>

Möglichkeiten und Wirklichkeiten sind also verschiedene Seinsweisen. Mögliches wird in der Regel nicht von selbst Wirklichkeit, der Wechsel der Seinsweise – von der Möglichkeit zur Wirklichkeit – verlangt eine ausdrückliche Entscheidung und obendrein aktives Tun, also Arbeit, Anstrengung, Mühe, Durchhaltevermögen, Übung u. ä. Der *ontologische Übergang* ist mühsam, vielfach sogar sehr mühsam. Weiß ein Mensch, auch aus eigener Erfahrung, um die Mühen auf dem Weg des Übergangs, so kann er versucht sein, die ontologische Kluft bewusst bestehen zu lassen und demnach in der Welt der Ideen, in diesem Raum der Möglichkeiten zu bleiben und dort zu leben. Doch jede „Möglichkeit“ trägt in sich auch den Hinweis auf einen Weg zu ihrer Verwirklichung, dieser Weg wird allerdings hier von vorneherein nicht näher verfolgt, er wird abgelehnt, insofern amputiert sich der Mensch selbst, denn menschliches Sein ist auch, aber eben nicht nur, die Welt der inneren Bilder, Gedanken, Fantasien usw., zu ihm gehören wesentlich auch die körperlich-sinnliche und die emotionale Ebene. Bleibt der Mensch in der Welt der Ideen, verkümmern diese Seinsebenen. Dieser Lebensweg vermag vielleicht das eine oder andere kurzfristige Wohlfühlglück bereit halten, denn immerhin erspart man sich sowohl Arbeit als auch Enttäuschungen, und vielleicht wird er auch mit Sinn in Lebenssituationen verknüpft, mittel- und langfristig führt er allerdings zu einem verkümmerten, eben amputierten Menschen: Ihm fehlt etwas und das Fehlende verursacht Schmerzen, so wie nach Amputationen „Phantomschmerzen“ entstehen können.

Möglicherweise ist auch die Angst vor Enttäuschungen und vor Schmerzen ursächlich für die Selbstbeschränkung auf, für den Rückzug in die Welt der Ideen: Ihre Verwirklichung bedeutet den Verlust anderer Ideen, hält bei unzureichender Umsetzung zum Teil große Enttäuschungen bereit und beides kann erhebliche Schmerzen auslösen. Doch indem sich der Mensch mit dem Rückzug in die Welt der Ideen vor Schmerzen schützen will, fügt er sich andere Schmerzen zu: jene aus der Nicht-Erfüllung seiner Ideen, vor allem seiner Wünsche und Sehnsüchte. Solange die durch den Rückzug in die Ideenwelt ersparten Schmerzen größer sind als die Schmerzen eines wirklichen Lebens, mag die Selbstbeschränkung sogar vor einem *Vorteils-Nachteils-Kalkül* Bestand haben. Eine solche Gegenüberstellung kann konzeptionell verlockend erscheinen, allerdings ist sie angesichts der Unsicherheit der Zukunft de facto unmöglich. Das menschliche Leben ist nicht mittels eines Entscheidungsmodells optimierbar, das alle (!) einander ausschließenden Handlungen, alle (!) möglichen Umweltzustände, also für das Handeln maßgeblichen Bedingungskonstellationen, alle (!) aus den Aktionen in den Zuständen resultierenden zielrelevanten Handlungsergebnisse ableitet und das über die Anwendung einer vorliegenden – mathematischen – Bewertungsfunktion auf die Handlungsergebnisse zum optimalen Handeln im Leben kommt. Ein solches Entscheidungsmodell ist intellektuell nicht durchdringbar, es scheitert an der Komplexität der Welt.

*Schmerzen* verursacht das Leben letztlich immer: Ob sich der Mensch in die Welt der Möglichkeiten zurückzieht oder ob er an der Verwirklichung von Ideen arbeitet, stets muss er

leiden. Auch dann, wenn der Mensch aufgrund eines vermeintlichen Pragmatismus, einer Orientierung am Konkreten, am Nüchternen o. ä. ausschließlich in der Welt der Dinge lebt, leidet er, und zwar am Mangel an Beziehungen zu diesen Dingen und damit an fehlendem Glück und Sinn. Schmerzen sind im Leben *allgegenwärtig*, ganz gleich, wie er Möglichkeiten – Plural! – und Wirklichkeit – Singular! – lebt, d. h. an ihnen arbeitet, entscheidet, verwirklicht etc. Der Mensch ist also stets ein *Leidender*, insofern ist er in ein falsches Leben gestellt, das ihm absurd und sinnlos erscheinen kann.

Allerdings: Der Mensch ist stets *auch*, aber *nicht nur* ein Leidender! Die Welten der Ideen und der Wirklichkeit sind von Falschem *und* (!) von Richtigem durchdrungen: Ob und wie stark (im Sinne einer graduellen Abstufung) ein Lebensweg für falsch erachtet wird und ebenso, ob und in welchem Ausmaß ein Mensch in der Welt der Möglichkeiten und der Wirklichkeit Glück und Sinn entwickeln kann, das obliegt dem einzelnen Menschen, ist zentraler Gegenstand der subjektiven Lebenskunst. Schmerzen und damit dem Falschen kann der Mensch im Leben nicht entfliehen, sie gehören zum Leben. Doch der Mensch kann diesem Falschen Richtigem abgewinnen; das kann z. B. die Verwirklichung von Ideen in Dingen sein.

Eine solche Lebenskunst erfordert nicht, zu allen oder zu sehr vielen Dingen eine in Ideen gründende Beziehung aufzubauen. Eine solche Hinwendung auf oder Liebe zu einem Ding setzt eine Auswahl voraus, sie ist selektiv. Der Mensch braucht nicht – und aufgrund der Begrenztheit seiner körperlichen und geistigen Ressourcen kann er auch gar nicht – sehr viele oder gar alle Dinge zum Objekt seiner Hinwendung machen; wer sich vielem oder allem liebevoll widmen will, wird am Ende nichts lieben. Einzelne Dinge der Hinwendung wie Bilder, Skulpturen und andere Kunstwerke, ferner Musikinstrumente und Musikaufnahmen, Möbel, Bäume, Pflanzen, Berge, Flüsse, Autos, Motorräder, Fahrräder, Briefmarken, Münzen, Uhren, Handtaschen usw. bieten dem Menschen Vertrautheit und Geborgenheit und sie sind Ausdruck seiner individuellen Persönlichkeit. „*Zeige mir die Dinge deiner Hinwendung und ich sage dir, wer du bist*“, könnte man sagen.<sup>399</sup> Die Dinge der Hinwendung lassen ein Gefühl von Heimat und eine Vorstellung von einem richtigen Leben erkennen.

Die *Hinwendung* auf einzelne Dinge verändert die Wahrnehmung, sie verzaubert den derart liebenden Menschen, Dinge erscheinen als *schön* und so bieten sie Wege zu Glück und Sinn. „Schön ist alles, was man mit Liebe betrachtet“, schrieb *Christian Morgenstern* (1871 bis 1914) in seinen *Stufen*. Mit dem Blick der Liebe auf Dinge wird – ganz im Sinne von *Heinrich Heine* (1797 bis 1856) – aus Brennholz ein dunkel wogender Tannenwald, aus fließendem Wasser ein munter sprudelnder Bach, aus von blühenden Pflanzen stammenden Molekülen ein verzaubernder Blumenduft usw. Es ist die subjektive Hinwendung, die den Zauber, die „Seele“, das „Herz“, die „Energie“ von Dingen entdecken lässt. Dabei geht es nicht um eine vermeintlich objektive Bedeutung von Dingen, sondern um die *subjektive* Perspektive des einzelnen Menschen. Die Hinwendung kann in ihm Reaktionen auf grundsätzlich allen Seins-ebenen auslösen, von der sinnlich-körperlichen bis zu einer transzendenten.<sup>400</sup>

Unter der Vielzahl an Dingen menschlicher Hinwendung sticht eines heraus, nämlich „*Geld*“. Materiell konkret ist es durch Geldstücke, Banknoten aus Papier, Plastikkarten, Kontoauszüge mit Buchungszeilen etc. Das Materielle des Geldes macht noch nicht seine mögliche Strahlkraft aus. Es sind die mit Geld durch Hinwendung verknüpften *Ideen* (Vorstellungen, Ziele, Zwecke etc.), die Geld zu einem wichtigen Beitrag im Leben machen können. Solche Ideen sind z. B. jene der Freiheit und Unabhängigkeit, der schönen Erlebnisse, des Wohlfühl-

glücks, in einzelnen Fällen auch solche wie Almosen, Hilfe für Andere oder die Schaffung von mehr Gerechtigkeit. Die Hinwendung auf Geld erfordert, die Frage nach dem *Warum*, nach dem Grund und damit Sinn des Strebens nach Geld zu stellen und zu beantworten. Wenn ein Mensch diese Frage nach dem Überhaupt bejaht, kann er sich der Frage nach dem Wozu widmen, d. h. bei vorliegendem grundsätzlichen Sinn von Geld fragt er, für welche konkreten Zwecke er es einsetzen soll.<sup>401</sup>

Geld kann verschiedene Funktionen erfüllen, wie z. B. eine Tauschfunktion, indem es die Komplexität beim Tausch von Waren erheblich reduziert und erst dadurch eine sehr arbeitsteilige (und effiziente) Wirtschaft ermöglicht, oder eine Speicherfunktion, indem z. B. durch Sparen während des Arbeitslebens eine finanzielle Altersvorsorge geschaffen wird. Eine, vielleicht sogar die zentrale Funktion des Geldes ist die Vermittlung von *Potenz* im Wortsinn von „*potentia*“, also die Verfügung über Möglichkeiten, über Macht im Leben. Geld vermittelt Wirkmacht, und das gilt im Großen, man denke etwa an die „Macht“ von multinationalen Unternehmen, von Großbanken, von internationalen Finanzierungseinrichtungen, von Finanz- und anderen Ministerien usw., und das gilt ebenso im Kleinen wie beim Einkaufen – „Shoppen“ – im Alltag.<sup>402</sup>

*Geld* in die Kunst des Lebens einzubauen, das ist eine wahre *Herausforderung*.<sup>403</sup>

*Erstens* stellt sich auch beim Ding „Geld“ mit der Verwirklichung der Idee, die man mit ihm verbindet, also mit dem ontologischen Übergang zur Wirklichkeit häufig eine *Enttäuschung*, eine Ernüchterung ein. Der Reiz der vielen Möglichkeiten verfliegt und die eine erlangte Wirklichkeit ist mangelhaft und weitestgehend ohne Zauber.

*Zweitens* ist der Traum, *viel* Geld zu besitzen, trügerisch. (a) Finanzieller Reichtum ist nicht Selbstzweck und mit der Verwirklichung der Idee, mit dem ontologischen Übergang kehrt auch hier vielfach Ernüchterung ein; je mehr man sich leisten kann, umso mehr verliert alles an Wert, was für andere etwas Faszinierendes ist, degeneriert beim Reichen zum Gewöhnlichen, das Besondere im Leben kommt ihm schnell abhanden. (b) Ferner geht Reichtum vielfach mit der Angst einher, ihn wieder zu verlieren: Reich zu sein lässt den Rahmen enger Verhältnisse und damit Orientierung entfallen. Leitlinien wie vornehme Zurückhaltung, demütige Bescheidenheit oder tiefe Religiosität fehlen ihm; wo findet der Reiche Halt und Heimat im Leben? Orientierungslosigkeit führt zu Lebensangst. (c) Der Mensch ist ein soziales Wesen und als solches bedarf er vertrauensvoller Beziehungen. Doch kann der Reiche anderen Menschen wirklich vertrauen? Kann sich der Reiche sicher sein, dass er nicht bloß seines Geldes wegen umgarnt wird? Wird er unter Umständen nur seines Geldes wegen geliebt? Diese Unsicherheit untergräbt das Vertrauen in andere Menschen und das macht einsam.

(d) Wer „Geld“ – als Überbegriff für jedwede Art von Vermögen – vererben kann, muss unter Umständen mit der Ungeduld möglicher Erben zurechtkommen. Diskussionen in modernen Gesellschaften über die Kosten medizinischer und pflegerischer Maßnahmen, ihre Rechtfertigung und Verweigerung bei bestimmten Erkrankungen und bei fortgeschrittenem Alter sowie über aktive und passive Sterbehilfe müssen selbst und vielleicht sogar Reiche im Besonderen beunruhigen, könnten doch gerade hier potenzielle Erben auf Ärzte usw. in ihrem Sinne einzuwirken versuchen. (e) Schließlich kommt der Reiche selten zur inneren Ruhe. Der Mensch lebt auch aus dem Vergleich mit Anderen und auch der Reiche muss erkennen,

dass es immer einen noch größeren Fisch gibt. Dem Reichen ist sein Besitz in der Regel sehr wichtig, er sieht in seiner Vermehrung vielleicht sogar sein zentrales Lebensziel; doch die Erkenntnis, andere Menschen sind noch reicher, kann in ihm Gefühle des Neids hervorrufen und ihn leiden lassen. So kann auch Reichtum Schmerzen auslösen. Mithin besteht kein Anlass, Reichtum zu romantisieren.

*Drittens ist auch eine Romantisierung von Armut nicht angebracht.* Zwar mag ein Wenig an Geld dem Leben einen festen und engen Rahmen geben und für klare Ziele und Zwecke des Handelns sorgen. Dinge büßen an Wert ein, sobald sie ohne Anstrengung erlangt werden können, Wünsche werden unbedeutend, sobald sie sich quasi von selbst erfüllen. Erst das Begrenzte, das Knappe hat einen Wert; nicht umsonst bezeichnet man in den Wirtschaftswissenschaften den Marktpreis als Knappheitsindikator; je knapper ein Gut ist, umso höher ist sein Preis. Aber: Ein Wenig oder Zuwenig an „Geld“, Nichtbesitz kann fatal auf das Leben einwirken.<sup>404</sup>

(a) Nichtbesitzende sind häufig von Lebensangst erfüllt; sie sind nicht in der Lage, ihre eigenen und die Grundbedürfnisse (von Nahrung und Wohnung über Gesundheit bis zu sozialen Kontakten) ihrer Familienmitglieder zumindest bis zur „Grenznot“ zu erfüllen und gelten daher als arm.<sup>405</sup> Ihren Kindern können sie nicht jene Bildungschancen bieten, die für vermögende Menschen offen sind, mithin kommt es zu einer sozialen Selektion, zur „Vererbung von Bildung“. (b) Knappheit an Geld und folglich an Möglichkeiten im Leben kann zu Stress und Streit in Partnerschaften, Familien, Freundschaften usw. führen. So manche Beziehung etwa zwischen Mann und Frau zerbricht an materiellen Entbehrungen.

(c) Ein Zuwenig an Geld kann Menschen „asozial“ werden lassen: Menschen, die finanzielle Not leiden, machen vielfach die Gesellschaft für ihre missliche Situation verantwortlich. Ist die Gesellschaft von ihrem Schicksal unbeeindruckt, unternimmt sie nichts oder nicht genug zur Besserstellung der Nichtbesitzenden, so können diese schnell das Interesse an der Gesellschaft, an der Gemeinschaft der Menschen verlieren, sich von ihr abwenden; insofern können Nichtbesitzende asozial werden. Anzumerken ist hierbei: Auch Besitzende, vor allem solche mit einem Zuviel an Geld, können dieses Interesse verlieren, sich von der Gesellschaft abwenden, ihren eigenen Lebensbereich pflegen und insofern asozial werden.

Reichtum und Armut haben ihre Tücken, Mitleid und Sorge werden sich im Allgemeinen aber auf arme Menschen beschränken. „Geld“ verschafft dem Besitzenden „Freiheit“, erstens eine „Freiheit von“ in dem Sinne, dass er frei von Abhängigkeiten und Notwendigkeiten ist, etwa seine Arbeitsleistung regelmäßig zu verkaufen. Diese erste Form bedarf einer zweiten, um zu einem sinnerfüllten Leben zu kommen: der „Freiheit zu“, d. h. zur Schaffung, Auswahl und Verwirklichung von Möglichkeiten, die bejahenswert, die schön erscheinen. Geld als Träger von Freiheit von und zu macht durchaus glücklich, indem es – bei Kenntnis der Gefahren eines Zuviel und Zuwenig – einen Beitrag leisten kann, Glücksmomente und Lebenssinn für sich und andere Menschen zu generieren. So hängt Wohlfühlglück aus geräumigem Wohnen, gesunder Ernährung, abwechslungsreichen Sportaktivitäten, interessanten Reisen, emotionalen Events, unbekümmerten Einkaufstouren etc. maßgeblich mit Besitz von Geld zusammen; Geld schafft diese Möglichkeiten, lässt diese Freiheit zu und trägt insofern zu Glück und auch Sinnerfahrungen bedeutend bei.<sup>406</sup>

Geld kann allerdings nicht von den gegensätzlichen Erfahrungen im Leben befreien. Auch der Besizende ist nicht nur mit positiven, sondern auch mit negativen Erfahrungen – Ärger, Misserfolg, Enttäuschungen, Krankheit, Leid, Schmerzen, Tod etc. – konfrontiert. Er mag die eine oder andere dieser Erfahrungen des Falschen abfedern können, der Polarität des Lebens entkommt aber auch er nicht. Ungeachtet von Geldbesitz liegt Lebenskunst auch darin, negative Erfahrungen in das Leben zu integrieren.<sup>407</sup>

Unglücklich-Sein und Sinnleere können Besizende wie Nichtbesizende erfahren. Lebenskunst als Weg zu Glück und Sinn bedeutet in Bezug auf Geld, keine leidenschaftliche Liebe und Sehnsucht zu ihm entstehen zu lassen, um sich von ihm nicht fesseln zu lassen und in ihm verloren zu gehen, sondern im Umgang mit Geld eine „*moderate oder gepflegte Liebe*“, ein „Befreundet-Sein“, ein „zurückhaltendes Mögen“ aufzubauen und zu pflegen, Geld nicht als Endzweck des Handelns, sondern als Medium zu größeren Zwecken und Zielen zu sehen. Wie jede Liebe soll auch jene zu Geld atmen können, also zeitweise auch für die starken Ausprägungen Ekstase und Askese Platz haben.<sup>408</sup>

Die Liebe zu den *Künsten und Kunstwerken* kann jene der Künstlerin und des Künstlers sein, die ein Werk schaffen, die mit ihrem Tun und mit den Dingen, den Ergebnissen ihrer Hinwendung auf dieses Etwas Glücksmomente und Sinn auf allen Ebenen verbinden. Gerade die Künste bieten einen Weg der Transzendenz, indem sie von den engen Grenzen der Wirklichkeit in die schier unendliche Welt der Möglichkeiten blicken lassen, indem sie aus der Transzendenzvergessenheit der modernen Welt, aus der Fixierung auf die Gegenwart (Präsentismus)<sup>409</sup> herausführen und so eigene und fremde schöpferische Kräfte in immer neuem Werden erkennen lassen. Dieser für die Künste offenbar leichte Brückenschlag mag auch die große Bedeutung von Religion in Künsten und bei Künstlern erklären.<sup>410</sup>

Die Hinwendung auf Kunstwerke – z. B. der Malerei, der Musik, der Bildhauerei, der Literatur usw. – verspricht auch dem Betrachtenden, Hörenden, Lesenden etc. Momente des Glücks und Wege zu Sinn. Die körperlichen Sinneswahrnehmungen, die Gefühle und das Denken eröffnen einen großen Raum von Möglichkeiten des Lebens. Dabei braucht nicht jedes Kunstwerk für schön befunden zu werden, es reicht, sich mit einigen individuell bejahenswerten Objekten der Kunst zu verbinden. Die Hinwendung auf Kunstwerke kann auch bedeuten, sie als Original, Reproduktion oder Vervielfältigung für sich allein, für das Zuhause zu erwerben, um diese Beziehung in besonderer Art leben zu können.<sup>411</sup> Gerade die Hinwendung auf Kunstwerke kann den Menschen negative Lebenserfahrungen, kann all das Falsche des Lebens – zumindest für eine gewisse Zeit – vergessen und vom Raum des Positiven schmecken lassen.

Die Hinwendung auf *Essen und Trinken* kann unter einem weiten Kunstbegriff subsumiert werden. Die Herstellung von Zutaten, die Zubereitung von Speisen und Getränken, das Auftischen und das Genießen von Essen und Trinken, der Ablauf des alltäglichen und des Festmahls, die Pflege von Tischkultur usw., all das kann und soll in der Perspektive von Lebenskunst mit einer Hinwendung geschehen. Eine Liebe zu Essen und Trinken aufzubauen und zu leben verspricht Glücksmomente und Sinnmöglichkeiten.<sup>412</sup> Doch auch hier sind eine atemde Beziehung mit Zeiten der Askese und Zeiten der Ekstase sowie das rechte Maß gefragt. Völlerei und Trunkenheit sind Ausdruck der *Maßlosigkeit*, letztlich macht sie Glücksmomente und Sinnerfahrungen kaputt, sie versperrt den Weg hierzu. Der wirklich Genießende isst und trinkt im rechten Maß, und man kann erweitern: zur rechten Zeit, wenn möglich in Gemein-

schaft mit anderen Menschen und in Dankbarkeit, an wen auch immer sie gerichtet sein mag. So mancher Mensch vermag über die Fülle der diesseitigen positiven Erfahrungen mit Essen und Trinken hinaus auch eine transzendente Perspektive zu verbinden: Endzeitliche Festmähler spielen in Religionen eine große Rolle.<sup>413</sup>

Die Hinwendung auf ein Etwas kann auch aktiven und passiven *Sport* betreffen. Hier ist es z. B. die Spannung bei einem Fußballspiel, das Wechselbad der Gefühle zwischen Hoffen und Bangen, Freude und Ärger, Genugtuung und Wut etc., das das Leben bereichert. Dieses Hin und Her der Gefühle mag sogar ein Abbild des Lebens überhaupt sein; verebben solche Erlebnisse und Emotionen, so ist das Lebensende nahe; und das Unentschieden als Zustand, bei dem sich nichts bewegt, ist im Sport wie in der Liebe ein laue Sache.<sup>414</sup>

Die Hinwendung auf ein Etwas, wodurch es für einen Menschen bedeutend wird, ist grundsätzlich für alle Sachen offen. So kann sie auch einem Computer, Computerspiel, Smartphone, Oldtimer, Sportwagen und anderem Auto etc. gelten.<sup>415</sup>

Das Etwas kann auch eine Arbeit, eine *Aufgabe* sein, die für einen Menschen aus den unterschiedlichsten Gründen wichtig ist: ein Manuskript oder ein Buch, das man schreiben möchte, ein Kunstwerk, das es zu verwirklichen gilt, eine Versöhnung, die erreicht werden will, ein Liebesdienst, der zu erweisen ist etc. Stets könnte man ein „noch“ einfügen, nämlich dann, wenn man spürt, allzu lange darf oder kann man mit der Verwirklichung dieser Aufgaben nicht mehr warten, sei es wegen der eigenen und der Vergänglichkeit des Anderen, sei es wegen des Verstreichens von passenden Möglichkeiten, die so nicht wiederkehren.

Vornehmlich in sehr schwierigen Lebenslagen kann die Hinwendung auf eine in der Zukunft noch zu erfüllende Aufgabe rettend sein, also jene Kräfte mobilisieren, die für ein Durchhalten und Bewältigen der Situation nötig sind. So erzählt *Viktor E. Frankl* u. a. in seinem berühmten Werk „... *trotdem Ja zum Leben sagen*“ zur Situation der Gefangenschaft in einem Nazi-Konzentrationslager, dass die Hinwendung – auf ein Du oder – auf eine Aufgabe, die man in der Zeit des Danach mit Engagement verwirklichen wolle, für ein Überleben äußerst bedeutend sei.<sup>416</sup>

Auch sog. „Sachgesamtheiten“ kommen für die Hinwendung auf ein Etwas in Frage wie z. B. die *Heimat*: Verstanden werden kann darunter die persönliche Welt eines Menschen, seine Kultur, auch die gesamte Erde oder gar das gesamte Universum. Die Geschichte der Beziehung zu Heimat ist eine wechselvolle: Jedenfalls seit dem 19. Jahrhundert ist – zumindest im Westen – die Befreiung von Heimat, ist ein Aufbrechen der Bindungen zu Heimat, Vaterland, Nation, Gesellschaft, auch Glauben, Familie usw. ein zentrales Diskursthema; vielerorts gab und gibt es Auseinandersetzungen zwischen Bewahrern von Heimat und Modernisierern; die einen lieben, die anderen „hassen“ Heimat.<sup>417</sup>

Heimat hat erstens eine *räumliche* Dimension: Sie ist ein Ort, der einen Menschen prägt. Im Fall der Herkunftsheimat ist es ein Ort, in den man zufällig hineingeboren wird, im Fall der Wahlheimat ein selbst gewählter Ort. Zweitens hat Heimat eine *zeitliche* Dimension; auch der Stil einer Zeit prägt den Menschen. Dieser Lebensstil betrifft die Kleidung, Gewohnheiten, Musikrichtungen etc. So vermögen Country-Music, Rap, Techno, Hardrock, Blasmusik usw. Heimat zu vermitteln. Auch bei der Hinwendung auf Heimat geht es um *Glücksmomente* und Erfahrungen von *Sinn* auf der Ebene des Körperlichen, der Gefühle, der Gedanken und

ggf. auch der Transzendenz. Heimat kann als gegenwärtige Wirklichkeit und ebenso als Raum künftiger Möglichkeiten gesehen werden. Auch eine religiöse Sicht im Sinne eines diesseitigen „Gelobten Landes“ oder eines jenseitigen „Reich Gottes“ ist weitverbreitet. Mit dem irdischen Leben tritt der Mensch aus einer „*unendlichen Heimat*“ heraus und mit dem Tod kehrt er in sie wieder zurück, diese Heimat gilt dabei als *Ursprung und Ziel* des menschlichen Lebens. Fühlt sich ein Mensch in seinem irdischen Leben verloren, so kann die Aussicht auf eine solche Heimat wertvollen Trost und vor allem Kraft für das diesseitige Leben erzeugen.<sup>418</sup>

Mit dem Falschen, also der Polarität des Lebens, kommt der Mensch ohne eine – oder auch mehrere Formen von – Heimat im Allgemeinen nicht zurende. *Ohne Heimat*, zumindest im Verständnis einer zukünftigen Möglichkeit, droht der Mensch an den Schmerzen und der Vergänglichkeit des Lebens zu *zerbrechen*. Erst Heimat, in welcher Art auch immer, gibt ihm die Zuversicht und die Kraft, dem Falschen Richtiges abzutrotzen.

Heimat zu entwickeln, das gehört zur Lebenskunst. Doch auch diese Hinwendung braucht das *rechte Maß*, um einerseits nicht lau zu bleiben und letztlich ohne Heimat in der Welt herumzuirren, um andererseits durch Überhöhung die Heimat anderer Menschen nicht zu zerstören. Die politische Geschichte lehrt, dass Ekstase in der Hinwendung auf Heimat, dass Nationalismus ein gesellschaftliches Krebsgeschwür übelster Sorte ist; er lässt jedwede Achtsamkeit und Sorge für Menschen mit anderen Arten von Heimat vermissen und ist die zentrale Ursache von Kriegen und von anderen schweren Verwerfungen. Heimat im Sinne eines weltoffenen humanistischen Modells kann die „guten Seiten der kleinen überschaubaren Welt mit den guten Seiten der großen Welt“ verbinden, eine Vision für die Gesellschaft und für den einzelnen Menschen sein, „die auf Bewahrung und zugleich Veränderung aus ist“.<sup>419</sup>

## Existenzielle Leere und Selbsttranszendenz

**D**er Mensch der modernen Welt hat es im Vergleich zu Tieren und zu Menschen anderer Gesellschaften in seinem Leben schwer: Der Mensch verlor einige jener animalischen Instinkte, die ihm sagen, was er tun *muss*; ferner warf der Mensch viele Traditionen über Bord, die ihm einst sagten, was er tun *soll*. Und so weiß der moderne Mensch vielfach nicht, was er tun *will*: Passt er sich der Gesellschaft oder Anderen an, so entsteht Konformismus, tut er das, was „die Gesellschaft“ oder Andere von ihm wollen, droht Totalitarismus. Verschärft wird das Problem der Orientierung, der Kunst des Lebens dadurch, dass der moderne Mensch über ein ansehnliches Mehr an Freizeit – neben der Erwerbsarbeit – verfügt, die ausgefüllt werden will. Legt der Mensch seinen Fokus ausschließlich auf sich selbst, will er sich über eine Konzentration auf sich selbst verwirklichen, so droht eine existenzielle Leere, die sich in Phänomenen wie Langeweile, Aggression oder Sucht zeigt.<sup>420</sup>

Die *existenzielle Leere* ist eine innere Leere, eine Art geistiges Vakuum, sie lässt am Leben leiden. Der existenziell Frustrierte findet keine Glücksmomente und sieht sein Dasein für sinnlos an. Es fehlen die Geborgenheit und damit die innere Heimat im Leben, die betroffene Person fühlt sich nirgendwo verwurzelt und sieht sich weder von einzelnen Menschen noch vom Leben insgesamt geliebt. Da Glück und Sinn die stärksten Motive zu leben sind, bedeutet ihr Fehlen eine schwere existenzielle Bedrohung. Phänomene wie Depression, Aggressivität, Sucht, psychosomatische Störungen und auch Gedanken über einen Suizid wuchern in diese Leere hinein.<sup>421</sup>



Eine existenzielle Leere kann in *Verkleidungen* auftreten; Kompensationen sind der „*Wille zur Macht*“, zu dem auch der unbändige Wille oder die Gier nach Geld und Besitz zählt, und der „*Wille zur Lust*“, bei dem die sexuelle Libido in die Leere quasi „hineinwuchert“. Diese Versuche der Kompensation sind Frustrationen des „*Willens zum Sinn*“, dieser Wille zum Logos (griechisch „Sinn“) ist in den Menschen hineingelegt: „Die Suche nach Sinn ist die primäre Motivation im Leben des Menschen.“<sup>422</sup> Es ist der *Sinn*, der den Menschen einmalig und einzigartig macht. Und für diesen Sinn braucht der Mensch die *Hinwendung* auf ein Du oder ein Etwas, das für ihn bedeutungsvoll ist, „für das es sich zu leben lohnt“.<sup>423</sup>

Der psychotherapeutische Ansatz, der „Sinn“ in den Mittelpunkt der menschlichen „Existenz“ stellt, heißt nicht umsonst „*Logotherapie und Existenzanalyse*“: Das griechische „logos“ steht für „Sinn“ oder „Geist“ und die Entwicklung von Sinn verlangt die Reflexion der menschlichen Existenz.<sup>424</sup>

Das Bewusstsein, sich im Leben einem subjektiv bedeutungsvollen Du oder Etwas in Achtsamkeit und Sorge, ja in Liebe zuzuwenden, zeichnet den Menschen aus. Es ist dieser Blick über die eigene Existenz hinaus, also diese „*Selbsttranszendenz*“, die aus der Hinwendung auf ein Du oder ein Etwas quasi als Nebeneffekt Sinnmöglichkeiten und Selbstverwirklichung schafft. Die nötige Selbsttranszendenz, diese Begegnung mit einem Du oder einem Etwas, das man liebt, erscheint wie ein „*Umweg*“ zu Sinn im Leben, auch zu einem Ertragen des Negativen, also der „falschen“ Seiten des Lebens.<sup>425</sup>

Selbsttranszendenz bedeutet, das Denken, die Absichten und die Wünsche von der einseitigen Fokussierung auf die eigene Person, von der vielleicht sogar krankhaften Beschäftigung mit sich selbst wegzubringen. Sie ist eine „Dereflexion“ in Gestalt der Orientierung an einer spezifischen Berufung oder Aufgabe, sie ist die achtsame Hinwendung auf ein Gegenüber. Die Intention und die Aufmerksamkeit werden vom Ich auf ein Du und ein Etwas umgelenkt.<sup>426</sup>

Das – die eigene Existenz bedrohende – Fehlen von Glück und Sinn geht mithin auf das Fehlen einer Hinwendung auf ein Du und ein Etwas zurück. Nur aus einem solchen „Umweg“ vermag der Mensch das Gefühl, oder besser: die Überzeugung, zu entwickeln, leben zu wollen, und zwar im Hier und Jetzt. Trotz der Polarität des Lebens sagen zu können: „*Wie gut, dass ich da bin!*“, das zeugt von einem Blick auf das Leben, der ihm Schönes und Wertvolles abgewinnen will.<sup>427</sup>

Dem Willen zum Sinn liegt der Wille zum Leben zugrunde. Ja zum Leben sagen zu können erfordert zunächst die Versöhnung mit der eigenen Vergangenheit, auch wenn sie sehr schwer erscheint, große Enttäuschungen, starke Schmerzen und tiefes Leid enthält. Ohne ausdrückliche Beschäftigung mit der polaren Vergangenheit bleiben die negativen Gefühle und inneren Bilder präsent und für die Gegenwart prägend. Die Vergangenheit selbst ist irreversibel, wie man zu ihr – mit Emotionen und inneren Bildern – steht, das hat der einzelne Mensch aber selbst in der Hand. Entscheidend ist, worauf der Mensch blickt: auf das Schmerzhafte, das nicht mehr zu ändern ist, oder auf jene Möglichkeiten, die er trotzdem noch ergreifen kann. Bei der Versöhnung mit dem Vergangenen kommt es mithin auf die Art an, wie man dazu fühlt und darüber denkt. Der Friedensschluss mit dem alten Leben und die – selbst zu entwickelnde – Hoffnung auf Glücksmomente und Sinn, egal wie das Leben wei-

tergeht und ausgeht, das macht ein glück- und sinnorientiertes Leben im Heute und in der Zukunft aus.<sup>428</sup>

## Die Antwort auf die Frage des Lebens: subjektiver Sinn

Im Leben geht es sicherlich auch um die Befriedigung von Trieben und Instinkten und um die Anpassung oder Angleichung an Gesellschaft und Umwelt, im Vordergrund stehen allerdings die *Sinnmöglichkeiten*. Jede Lebenssituation des Menschen bietet ihm Möglichkeiten, sich einem Du oder einem Etwas in Achtsamkeit und Sorge zuzuwenden. Solche Möglichkeiten der Hinwendung gibt das Leben nicht vor, daher ist die Frage an das Leben, welchen Sinn es habe oder für den Einzelnen bereithalte, eine falsch gestellte. Vielmehr fragt das Leben den Menschen in jeder Lebenssituation nach dem Sinn, den er darin entwickeln könne. In der Sinnfrage ist also der Mensch der Befragte, er ist aufgefordert, zu antworten und selbst Sinn zu entwickeln, wofür ein aktives Reflektieren und Tun nötig sind. Demnach ist die Rede von der „Sinn-Findung“ falsch: Sinn liegt nicht als fertiges Produkt auf der Straße und braucht bloß gefunden zu werden, vielmehr ist er aktiv zu machen, also zu entwickeln!<sup>429</sup>

*Das Leben fragt den Menschen* und der Mensch antwortet – im positiven Fall – mit der Entwicklung von Sinn in einzelnen Lebenssituationen oder – im anderen Fall – mit facettenreicher Verweigerung, wie z. B. mit der Ablehnung des Lebens wegen Absurdität, mit der Flucht in eine Gier nach Geld, Besitz, Ansehen u. ä. Fest steht: Jeder Mensch wird vom Leben gefragt, jeder Mensch gibt in dieser oder jener Form dem Leben eine Antwort, insofern „verantwortet“ jeder Mensch sein Leben. Das „eigentliche Wesen der menschlichen Existenz“ liegt in der so verstandenen Verantwortlichkeit des Menschen.<sup>430</sup> Jede Art zu leben ist eine Antwort auf die Frage des Lebens, insofern gibt es kein Leben ohne Antwort, ohne (Ver)antwort(ung).

Jene Antwort auf die Frage des Lebens, die Sinn generiert, enthält die Hinwendung auf ein Du oder auf ein Etwas. So errichtet der einzelne Mensch Beziehungen zu einem Gegenüber, in konkrete Lebenssituationen legt er eine Bedeutung, das Leben – oder zumindest die einzelne Lebenssituation – erscheint ihm kostbar und lebenswert, mithin entwickelt er Sinn und so sagt er Ja zum Leben oder zur Lebenssituation.

Nicht „das“ Leben fragt „den“ Menschen nach der möglichen Bedeutung von Lebenssituationen, sondern jeden einzelnen Menschen fragt – fortwährend – sein individuelles Leben. Demnach gibt es nicht „den“ Sinn des Lebens im Sinne eines für alle gleichermaßen gültigen Sinns, *es gibt keinen „objektiven Sinn“*, der für jeden, an jedem Ort und in jeder Stunde gilt: Sinn ist individuell für eine Person in einem konkreten Raum in einer bestimmten Zeit, entwickelt durch sie selbst. Von Person-Raum-Zeit-Kombinationen losgelöst gibt es keinen Lebenssinn im Allgemeinen. Das wäre so, um mit *Viktor E. Frankl* zu sprechen, als würde man einen Schachmeister nach dem besten Schachzug der Welt fragen; er würde antworten, es gäbe keinen „besten“ oder auch nur „guten“ Zug, der nicht von einer konkreten Figurenstellung auf dem Spielbrett und einem konkreten Gegenspieler abhinge. Ebenso verhält es sich mit der menschlichen Existenz.<sup>431</sup>

Jede Lebenssituation hält für jeden Menschen für diesen einzigartige „Aufgaben“ und einzigartige „Wege“ der Verwirklichung, also Möglichkeiten des Lebens, bereit. Aufgaben und We-

ge sind *subjektiv* und wollen als Antwort auf die Frage des Lebens nicht einfach gefunden, sondern im Einzelfall aktiv entdeckt, entwickelt und geschaffen werden.<sup>432</sup>

## Das Warum und das Wie des Lebens – ohne Spannung kein Leben

**W**er ein *Warum* zu leben hat, erträgt fast jedes *Wie*“, diese so trefflich von *Friedrich Nietzsche* (1844 bis 1900) formulierte Weisheit drückt aus, dass der Mensch etwas Wichtiges im Leben braucht. Ein Du oder ein Etwas, dem er sich zuwendet, ist dieses Warum-zu-Leben. Die Liebe zu einem Menschen, die Erfüllung einer Aufgabe oder das Ziel, etwa ein Manuskript fertig zu stellen, geben einem Menschen nicht nur jene Kraft, diese Hinwendung Wirklichkeit werden zu lassen, sondern auch Kraft, Unangenehmes innerhalb dieser Hinwendung und vor allem auch außerhalb davon in das Leben zu integrieren und damit zu ertragen.<sup>433</sup>

Das Warum des Lebens in Gestalt von Hinwendung bedeutet eine gewisse *Spannung*. Zum Leben gehört eine Spannung

- zwischen dem, was schon erreicht ist, und dem, was man noch erreichen will, sowie
- zwischen dem, was man schon ist, und dem, was man noch werden will.<sup>434</sup>

Die Hinwendung auf ein Du oder ein Etwas ist ein Prozess, ein Weg des Tuns, der Suche und Verwirklichung von Möglichkeiten. Dieser Prozess beansprucht Zeit und so weist der Weg der Hinwendung eine Vergangenheit, eine Gegenwart und eine Zukunft auf. Die Spannung im Leben geht verloren, wenn die Hinwendung keine Zukunft, kein Morgen mehr kennt und mithin jede Begegnung nur noch *Vergangenheit* ist. Zwar bietet auch eine vergangene Hinwendung, auf die man z. B. in Dankbarkeit blickt, eine Quelle für Glück und Sinn, doch schnell kehrt eine fatale Ruhe in das Leben ein: Der ausschließliche Blick auf das Zurück lässt die Lebenskräfte erlahmen und schließlich einschlafen. Ohne die Hinwendung mit einem Blick auf die *Zukunft* fehlt jene *Lebensspannung*, die dem Menschen ein Warum des Lebens und daraus all jene Kräfte bietet, die nötig sind, um auch den negativen, den leidvollen Seiten des polaren Lebens standzuhalten.

Ob der Mensch eher in der Zukunft oder eher in der Vergangenheit lebt, hängt sicherlich auch mit dem Lebensalter zusammen. Mit fortschreitendem Alter wird der Blick auf das Vergangene tendenziell an Bedeutung gewinnen. Für den Fortgang des Lebens verhängnisvoll wäre allerdings der ausschließliche Blick zurück: Er kommt einem, wenn auch zufriedenen, Warten auf den Tod gleich.

Die Hinwendung auf ein (personales oder sachliches) Gegenüber lässt Beziehungen entstehen, die auch den sich hinwendenden Menschen verändern. „Was der Mensch noch werden will“ – solche Ziele für die eigene Persönlichkeit bestimmen mit, welchem Gegenüber sich der Mensch zuwendet, in welcher Art und Weise er sich in diese atmenden Beziehungen einbringt und – als Nebeneffekt – wie er sich dadurch selbst verändert.

Vielfach wird, auch in einem psychotherapeutischen Kontext, von der Notwendigkeit eines „*inneren Gleichgewichts*“ gesprochen, und zwar in der Bedeutung von „Homöostase“, die in der Biologie einen *spannungsfreien Zustand* bedeutet. Der Mensch braucht ein selbst ge-

wähltes Gegenüber, also ein Du oder ein Etwas, für das es sich zu leben lohnt, dem er sich in Achtsamkeit und Sorge hingibt. Eine solche Beziehung lebt dann und nur dann, wenn sie atmet und damit Spannungen bereithält. Die *atmende Hinwendung* und die aus ihr folgenden Spannungen stellen den Menschen in eine „*existenzielle Dynamik*“<sup>435</sup>.

Ein „inneres Gleichgewicht“, einen „inneren Frieden“ – in der Art eines „Lebens *ohne* Spannungen“ zwischen Ziel und Ist – anzustreben, ist eine Art von Kapitulation: Ein solches Leben hört schnell auf, Leben zu sein, es ist die letzte Etappe vor dem Ende des Lebens (ohne damit zu sagen, dass dem Lebensende stets eine solche spannungslose Zeit vorangehen muss). Ein Leben ohne Spannungen frustriert den Willen zum Sinn und führt zu existenzieller Leere.

Die Rede von einem „inneren Gleichgewicht oder Frieden“ würden wir in der Bedeutung akzeptieren, dass sie ein *grundsätzliches Ja zum Leben* ausspricht, auf dem all das Denken und Tun aufbaut, dass sie das Leben trotz all seiner Widrigkeiten für wertvoll und lebenswert erachtet. Ein solcher Zugang zum Leben erfordert ohnedies die Hinwendung auf ein Du oder ein Etwas und insofern ein gewisses Maß an Spannungen!

Diese Rede vom inneren Gleichgewicht oder Frieden mag auch darauf abstellen, dass es bei den Spannungen im Leben auf das *rechte Maß* ankommt. Ein Übermaß an Spannungen macht den Menschen krank; nur ein gesundes Maß, das subjektiv, von den konkreten körperlichen und seelischen Umständen abhängig und atmender Natur ist, bietet die Aussicht auf Schönes, auf Richtiges im Leben.

## Die Perspektive des Abschiednehmenden (des Sterbebettens, des abtretenden Gastes)

**D**er verantwortungsvolle Mensch reflektiert über einzelne Lebenssituationen, über das Leben insgesamt und ggf. auch über eine Beziehung über Raum und Zeit hinaus. Der „*kategorische Imperativ der Sinn- oder Logotherapie*“ verlangt diese Reflexion aus einer Meta-Position: Zunächst möge man sich die Gegenwart als vergangen vorstellen, dann wird allerdings verdeutlicht, man könne diese Vergangenheit noch gestalten, vornehmlich zum Besseren verändern; was würde man aus dieser Perspektive heraus anders machen? Der Imperativ, der die Sinn-Verantwortung des Menschen für sein Leben immens aktivieren kann, lautet:

„Lebe so, als würdest du schon zum zweiten Mal leben, und als ob du beim ersten Mal alles *so falsch* gemacht hättest, wie du im Begriffe bist, es jetzt zu tun!“<sup>436</sup>

Diese Maxime motiviert den Menschen zur Reflexion über sein Leben und konfrontiert ihn mit zwei Eckpfeilern der Sinnentwicklung, und zwar mit

- der *Endlichkeit der menschlichen Existenz*: Das Dasein ist zeitlich begrenzt, der Mensch ist *Gast auf dieser Welt* und die Dauer seines Verweilens ist im Vorhinein unbekannt;

- der *Endgültigkeit jedes Tuns* im Leben: Welchen Personen und welchen Sachen man sich im Leben zuwendet, welche Wege der Verwirklichung man einschlägt etc., all dieses Tun wird gesetzt und als Vergangenheit in die Welt „eingeschrieben“. <sup>437</sup>

„So bin ich doch nur Gast auf dieser Erde, auf der ich mich so heimisch fühlte“, heißt es am Anfang eines Gedichts zum Abschied von *Frank Maibaum* (\*1949). <sup>438</sup> Der Mensch ist „nur auf dem Weg“, ein „Wanderer auf dieser Welt“. Und „wie ein jeder Gast ... einst kam und wieder Abschied nimmt“, so muss jeder Mensch auf Erden wieder gehen. Dabei ist ungewiss, woher er kam und wohin er geht, „gewiss nur ist, dass es kein Bleiben gibt, die Ewigkeit ist nicht auf dieser Welt“. Weggefährten, Freunde, geliebte Menschen, ja die ganze – in sehr vielen Fällen doch wenigstens zeitweise – liebgewonnene Welt, alle und alles muss man letztlich hinter sich lassen. Die *Zeit auf dieser Welt* ist begrenzt, das Abschied-nehmen-Müssen ist also in das Leben hineingelegt, ihre Dauer ist im Vorhinein unbekannt und jeder Schritt auf Erden ist unwiederbringlich.

Diese Endlichkeit und Endgültigkeit machen dem Menschen bewusst, in welcher *Verantwortung* er für das eigene Leben steht. Die Verantwortung für die zentralen Sinnentscheidungen im Leben – nämlich für die Hinwendung auf ein Du und ein Etwas – ist nicht wirklich an einen Staat oder an andere Gremien, ebenso wenig an einen Arzt oder Therapeuten delegierbar, sie liegt beim einzelnen Menschen selbst. Unterstützung bei der Sinnentwicklung kann folglich nicht bedeuten, Werturteile aufzuzwingen, sondern zur Übernahme von Lebensverantwortung zu aktivieren, d. h. das Gesichtsfeld zu erweitern, um die Vielfalt an Sinnmöglichkeiten sichtbar und bewusst zu machen. <sup>439</sup>

Jedem Menschen eröffnen sich und jeder Mensch eröffnet aktiv *Möglichkeiten* in seinem Leben; durch sein Tun wird ein Teil davon *Wirklichkeit*. Möglichkeiten vergehen, Wirklichkeit ist dagegen in der Vergangenheit unwiderruflich aufbewahrt. Vergänglich sind die Möglichkeiten im Leben, mit dem Tun, mit dem Verwirklichen werden einige von ihnen vor der Vergänglichkeit gerettet und in der Vergangenheit aufbewahrt. <sup>440</sup> Um mit der „Vergänglichkeit des Lebens“ zurechtzukommen, ist demnach aktives Tun im Leben – die Hinwendung auf ein Du und auf ein Etwas – gefragt.

Die Vergänglichkeit – der Möglichkeiten im Leben – erfordert Verantwortlichkeit: Keine oder kaum Möglichkeiten zu verwirklichen, ist die Entscheidung zum Nicht-Sein. *Verwirklichte Möglichkeiten* werden „unvergängliche Fußabdrücke im Sand der Zeit“, sie füllen den „*Speicher der Vergangenheit*“ eines jeden Menschen, und zwar mit seinem Tun, zu dem alle dabei empfundenen Emotionen wie Freude und Schmerz und alle weiteren vielfältigen Ergebnisse des Handelns gehören. Vergangenes kann man nicht mehr ungeschehen machen, es vor Veränderung schützen; der Speicher verwirklichter Möglichkeiten spiegelt daher die sicherste Form des Seins wider. <sup>441</sup>

An der Vergänglichkeit des Lebens braucht der Mensch nicht zu zerbrechen. Die Arme in den Schoß zu legen und passivisch das Leben abzusetzen, lässt den Speicher der Vergangenheit leer; ein solches Nicht-Sein ist in der Tat schwer zu ertragen, es ist „ohne Sinn“. Erst ein aktives Tun im Leben, die Verwirklichung von Möglichkeiten füllt den Speicher der Vergangenheit und macht mithin das Leben zum – sinnerfüllten – Sein. Auch wenn der *Kalender des Lebens* Tag für Tag um ein Blatt dünner wird, so braucht man die Blätter nicht einfach abzureißen und achtlos wegzuworfen, vielmehr kann man sie auf der Rückseite mit der einen

oder anderen Notiz zu schönen Begegnungen, Ereignissen und Erlebnissen versehen, sie achtsam sammeln und immer wieder daran denken, welche Fülle – an Werken, Liebe, aber auch Leiden – das bisherige Leben schon bereithielt. So kann der aktive Mensch dankbar auf seinen reich beschriebenen Kalender, auf die Wirklichkeit seiner Vergangenheit durchaus mit Stolz und Freude blicken.<sup>442</sup>

Leere im Leben, eine existenzielle Frustration hängt meist damit zusammen, dass Menschen ihr Leben als „vertan“ einschätzen. Das kann an einem Mangel an Tun, an der Verwirklichung von Möglichkeiten und auch am nicht entwickelten Sinn in einzelnen Lebenssituationen liegen. Das Leben aus der *Perspektive des Abschiednehmenden*, also aus der Sichtweise des *Sterbebett*s oder des *abtretenden Gastes*, zu sehen erlaubt, Möglichkeiten der Hinwendung auf ein Du und auf ein Etwas zu erkennen und in der Verwirklichung solcher Möglichkeiten subjektiven Sinn – von der körperlich-sinnlichen bis zu einer transzendenten Dimension<sup>443</sup> – zu entdecken. Der *fiktive* Blick „vom Ende aus“ auf einzelne Lebenssituationen bietet einen Weg, auch all das Unangenehme und das Leid in das Leben zu integrieren,<sup>444</sup> er schärft das Bewusstsein für das subjektiv Wichtige im Leben, motiviert zu einer aktiven Hinwendung und bietet Gelassenheit im Umgang mit so manchen Steinen auf dem Weg des Lebens.

Die *Perspektive aus dem Ende* des Lebens, der Zeit als Gast auf dieser Welt, sie lässt die Bedeutung der Hinwendung für Sinn im Leben erkennen. Sie bietet einen größeren Blickwinkel auf all die Aufgaben und Dinge, denen sich ein Mensch zuwenden *kann*, ebenso führt sie zu einem neuen Blick auf Begegnungen mit Menschen, auf das Du.

*Liebe* ist der Weg zum Inneren der Persönlichkeit der *geliebten Person*, sie lässt das noch unverwirklichte Potenzial eines Menschen erkennen und sie ermöglicht der geliebten Person, solche Möglichkeiten zu verwirklichen.<sup>445</sup> Liebe ist nicht bloß ein Nebenphänomen von sexuellen Trieben und Instinkten, nicht bloß das Ergebnis einer Sublimierung (Umwandlung) biologischer Impulse. Liebe ist die Begegnung mit Menschen in Achtsamkeit, Sorge und Wohlwollen. Als die Hinwendung auf ein Du ist sie in den Menschen hineingelegt, das Geschlechtliche ist demnach nicht Ursprung der Liebe, sondern ihr möglicher und bloßer Nebeneffekt, es ist die äußerste Gemeinsamkeit einander liebender Menschen.<sup>446</sup> Die nicht-instrumentalisierte Hinwendung auf ein Du wirkt auf den *Liebenden* zurück, indem er darin – körperlich-sinnlichen, emotionalen und weitere Arten von – Sinn erkennt. Gerade die *Perspektive des Abschiednehmenden* verschafft einen neuen Blick auf die Begegnung mit Menschen; Widrigkeiten des Alltags verlieren an Bedeutung, das Wesentliche der Begegnung bricht hervor.

*Leid* ist integraler Bestandteil jedes menschlichen Lebens. Der Körper, Begegnungen mit Menschen, hierarchische Strukturen in Unternehmen und in der Gesellschaft usw. können – auch sehr großes – Leid auslösen. Wie vermag der Mensch mit einem „leidvollen Schicksal“ zurechtzukommen, kann er auch Leid Sinn abringen?<sup>447</sup>

Der *Umgang mit Leid* führt zu einer grundsätzlichen Überlegung:

- Sieht man das menschliche Leben als Veranstaltung zur Maximierung des persönlichen Genusses, so ist jede Erfahrung von Leid ein *herber Rückschlag*; schließlich kann der Gedanke an die möglicherweise unerträglichen Schmerzen einer Krankheit und letztlich an das Sterben zur Verzweiflung und gar zum „Freitod“ führen.

- Sieht man das menschliche Leben dagegen in der Polarität von angenehmen und unangenehmen Erfahrungen, so sind Genuss, Freude, Schmerzfreiheit usw. nicht mehr Voraussetzung für die Entwicklung von Sinn; bei dieser Lebenssicht kann der Mensch auch in leidvollen Situationen Sinn entwickeln. Man braucht und soll Leid nicht suchen, denn es ist keineswegs Voraussetzung für subjektiven Sinn im Leben. Aber sobald Leid in das Leben tritt, und dagegen ist kein Mensch gefeit, kann der Mensch *trotzdem Sinn erkennen*.

Leid in das Leben und in die Entwicklung von Sinn zu integrieren, bezieht sich auf *unvermeidbares Leid*, also auf ein Leid, dem der Mensch trotz seines aktiven Tuns nicht entinnen kann. Zweifellos ist der Übergang zwischen vermeidbarem und unvermeidbarem Leid ein fließender und an den meisten Lebenssituationen stets auch ein Quäntchen eigenes Zutun mitverantwortlich, es geht um eine Tendenzaussage: *Vermeidbares* Leid zu ertragen, ist keine Heldentat, sondern unnötige Selbstquälerei. *Unvermeidbares* Leid zu akzeptieren und in das Leben einzubauen, ist der Weg, um trotz des Leids Sinn im Leben zu entwickeln.<sup>448</sup>

Die Perspektive des Abschiednehmenden bietet einen Blick auf das Leben, der die Integration von unvermeidbarem Leid grundsätzlich leichter fallen lässt. Der Mensch neigt zu einer selektiven Wahrnehmung des Schlechten. Ein größerer Blickwinkel lässt eher das grundsätzlich Gute und Schöne im Leben hervortreten; leidvolle Erfahrungen erscheinen dann als Widrigkeiten auf einem grundsätzlich guten, d. h. sinnerfüllten Weg. Im Einzelfall kann dem unvermeidbaren Leid selbst Sinn abgerungen werden wie z. B. im Verständnis eines Opferbringens: So kann der trauernde Witwer im Tod seiner geliebten Frau in der Weise Sinn finden, dass ihr der Tod dieses Leid der Trauer um den geliebten Partner erspart habe. *Mit einem Sinn hört Leid auf, Leid zu sein*. Die größere Perspektive des Sterbebetts öffnet den Weg auch zu einer solchen Sinnentwicklung.<sup>449</sup>

Bei besonders schwerem Leid sehen sich Menschen schnell in einer Ausnahmesituation, die sie am Leben bzw. an seiner Sinnhaftigkeit arg zweifeln lässt. Eine unheilbare, eine das Leben bedrohende Erkrankung, schwere Unfallfolgen, der plötzliche Verlust von Arbeitsplatz, Familie oder Wohnung, Ohnmacht und Bedrohung durch Gewalttäter oder gar der Aufenthalt in einem Todes- bzw. Konzentrationslager lassen sehr viele Menschen fragen, ob sie diese Situation überleben werden, ob sie eine Exit-Option verwerfen sollen und trotzdem leben wollen oder ob denn das Leben angesichts eines solchen Leids generell Sinn habe.

Die Antwort auf die fundamentale Frage, ob das Leben im Allgemeinen Sinn habe, wird in der Situation schweren Leids letztlich am Umstand aufgehängt, selbst eine desaströse Lebenserfahrung machen zu müssen und die eigene Existenz am seidenen Faden zu sehen. Die Sinnfrage an schwerem Leid und am Zufall des Lebens festzumachen bedeutet, sie im wörtlichen Verständnis „aufzuhängen“, nämlich umzubringen, zu verneinen: Wäre ein Leben, dessen Sinn von Zufällen abhängt, generell lebenswert? Statt der Frage nach dem allgemeinen – *objektiven* – Sinn des Lebens, könnte vielmehr nach einem *subjektiven* Sinn – also für den einzelnen Menschen – *im* Leben, d. h. in der einzelnen Lebenssituation, und nicht *des* Lebens gefragt werden. Demnach ist (auch) bei schwerem Leid zu fragen: Kann der oder die Leidende trotz des schweren Leids ein Du oder ein Etwas finden, das ihm oder ihr etwas bedeutet, für das es sich zu leben und auch zu leiden lohnt?<sup>450</sup>

In der Situation schweren Leids ist der Mensch meist dem – eigenen oder fremden – Tod sehr nahe. Die Umstände oktroyieren fast zwangsläufig die Perspektive des Abschiednehmenden. Sobald der leidende Mensch aus der Hinwendung auf ein Du oder ein Etwas Sinn für sich entwickeln kann, gewinnt er sowohl für die Bewältigung des Leids als auch für seine Sinn stiftende „Aufgabe“ große Kraft.

Mithin zeichnet die *Perspektive des Abschiednehmenden* Spuren zu einem doppelten Ja:

- *Ja zum Leben*, denn sie lässt die Zeit als Gast einzigartig und kostbar erscheinen trotz all der Mühen und des Leids, die sie bringen kann, und regt zu Hinwendungen auf ein Du und ein Etwas an;
- *Ja zum Sterben und zum Tod*, denn jeder Gast muss eines Tages Abschied nehmen, und Lebenskunst ist, ohne Groll und Hadern sowie mit einem vollen Speicher an Glück und Sinn zu gehen.

## Die Absurdität (Sinnlosigkeit) des Lebens ertragen?

Die „Absurdität des Lebens“ steht für das Leben ohne einen – für den Menschen mit seinen intellektuellen und anderen Fähigkeiten erkennbaren – *objektiven* Sinn. Das bedeutet nicht zwangsläufig, dass es keinen Sinn des Ganzen, keinen Sinn der Welt gäbe, sondern nur, dass ein solcher dem begrenzten Menschen verborgen ist. Hier setzen Religionen an, um dem Menschen auch eine solche Sinnperspektive zu bieten. Der Mensch braucht nicht an etwas zu verzweifeln, was er mit seinen Möglichkeiten nicht erfassen kann, mithin braucht er die Absurdität des Lebens, das Fehlen der Erkenntnis eines objektiven Sinns nicht zu ertragen. Diese Last muss er seiner Begrenztheit, seiner Kleinheit wegen nicht übernehmen; ggf. kann er sie an religiöse Lehren delegieren und, falls ihm danach düstert, dort Antworten suchen. Vom Menschen wird allerdings verlangt zu ertragen, dass ihm ein objektiver Sinn der Welt, dass ihm ein „bedingungsloser Sinn des Ganzen“ stets verborgen bleiben wird. Der Logos, also der Sinn der Welt<sup>451</sup> geht über die menschliche Logik weit hinaus.<sup>452</sup>

Für den Menschen offen dagegen sind die weiten Felder eines *subjektiven Sinns im und des Lebens*, also in der einzelnen Lebenssituation und – aus der Perspektive des Sterbebetts – für das gesamte Leben. Diese Sinn-Ebenen bieten über die Hinwendung auf ein Du und auf ein Etwas ein Leben in Fülle. Das Leben deshalb für absurd zu halten, weil dem Menschen der Sinn des Ganzen, der „Über-Sinn“<sup>453</sup> verborgen ist, geht an der Fülle des Lebens vorbei und verbeißt sich in etwas, das für das Tun in den einzelnen Lebenssituationen nebensächlich ist und das von Vornherein nur in eine schwer zu ertragende Enttäuschung münden kann. Etwas zu ertragen, das der Mensch nicht ändern kann, ist Lebensweisheit, es vermeintlich nicht ertragen zu können oder zu wollen, ist intellektuell fragwürdig, ggf. auch ein vorge-schobenes Argument für die Abwendung von der Welt.

Die *Conclusio*: Der Mensch möge den Fokus nicht (ausschließlich) auf einen Über-Sinn, sondern auf die vielen Wege zu Sinn in den einzelnen Lebenssituationen legen, er möge die eine oder andere Möglichkeit der Hinwendung verwirklichen, so seinen Speicher der Vergangenheit füllen und zeitlebens, auch noch im Alter, Perspektiven in die Zukunft entwickeln.



## Die Haltung zum Leben – Freiheit und Verantwortung

**D**er Mensch kann sich im Leben einem Du oder einem Etwas in Achtsamkeit und Sorge zuwenden; aus der Beziehung zu einem Gegenüber entwickelt er Sinn. Diese Art von Hinwendung lässt die Frage unbeantwortet, in welcher Art und Weise der Mensch zu seinem *eigenen* Leben steht, welche Bedeutung die *Hinwendung auf das Ich* für die Sinnfindung hat.

„Leben wollen?“ und, wenn ja, „Wie leben wollen?“, das sind die Fragen nach der Beziehung, also nach der Haltung zum eigenen Leben. Das Leben-Wollen ist in der heutigen Moderne zu einer offenen Frage geworden: Über Jahrhunderte hinweg war der Mensch in seiner Haltung zum Leben weitgehend fremdbestimmt – „die Gesellschaft“, „die Natur“ oder „Gott“ würden das Leben des Einzelnen wollen, eine Pflicht zum Leben in die Welt hineinschreiben und hierfür Normen vorsehen.<sup>454</sup> In der Moderne ist der Mensch weitgehend selbstbestimmt, auch in seiner Beziehung zum eigenen Leben: Weder gesetzliche Normen postulieren eine Pflicht zum Leben noch vermögen in der Regel außerrechtliche Vorgaben eine solche Verpflichtung durchzusetzen. Es liegt am einzelnen Menschen, seine individuelle Sichtweise auf sein Leben, eine subjektive Haltung zum Leben zu entwickeln, durch die eine Beziehung, vielleicht sogar eine acht- und sorgsame Hinwendung auf das Ich entsteht.<sup>455</sup>

Eine selbstbestimmte Haltung zum Leben bietet die Optionen erstens einer *bejahenden Beziehung*: Sie bedeutet Liebe zum eigenen Leben, wenngleich in durchaus sehr unterschiedlichen Ausprägungen. Diese reichen von einer begeisternden bis zu einer nur noch grundsätzlichen Bejahung. Die zweite Option, eine *verneinende Beziehung*, bedeutet eine Auseinandersetzung mit dem Leben, die von *Komik* über einen Kampf bis zum *Selbstausschluss* reichen kann: Die komische Haltung will die Tragik der Sinnlosigkeit mit einem Übermaß an Lachen, an Liebschaften u. ä. überdecken. Die Haltung des *Lebenskampfes* stemmt sich aktiv gegen das grundsätzlich Negative im Leben; der Mensch versucht, gegen das Falsche des Lebens zu gewinnen.<sup>456</sup>

Der Haltung des *Selbstausschlusses* braucht nicht mit der Selbsttötung identisch zu sein, sie kann auch – wie bei *Arthur Schopenhauer* und vielen anderen von der Sinnlosigkeit des Lebens Überzeugten – in der Verweigerung der Fortpflanzung bestehen. Ob sie realiter gelingt, das hat wohl auch mit Selbstdisziplin zu tun; *Schopenhauer* hatte dennoch zwei uneheliche Töchter. Die Weitergabe von Leben geschieht hier nur noch aus Versehen, nicht aus Liebe zum Leben. Dass in der Moderne sich sehr viele (verschiedengeschlechtliche) Paare zur Kinderlosigkeit bewusst entscheiden, könnte auch mit einer – bewussten oder unbewussten – verneinenden Haltung zum Leben zu tun haben; diese Kultur ist insofern nicht mehr eine Kultur des Lebens.<sup>457</sup>

Der moderne Mensch hat die Option, das Leben zu leben – er muss es nicht, er kann es leben. Und dieses *Leben-Können* enthält eine ganze Palette von unterschiedlichen und das Leben grundsätzlich bejahenden Konzepten:

Vor dem Hintergrund modernen Wirtschaftens, in dem u. a. nach der „Funktion“ von Produktionsfaktoren und nach der „Funktionalität von Humanressourcen“ gefragt wird, kann der Mensch eine *funktionale Beziehung* zum Leben entwickeln: Er fragt, was bringt mir das Leben, lohnt es sich zu leben?

- Bringt es mir ausreichend (finanziellen) Erfolg, Karrieresprünge, Gesundheit, ewige Jugend etc.? Dann bringt das Leben etwas (Positives) und es lohnt sich, es zu leben.
- Oder hält das Leben (finanziellen) Misserfolg, Geldprobleme, Arbeitslosigkeit, Krankheit, Schmerzen etc. bereit? In einem solchen Leben sieht sich der autonome Mensch beleidigt, das Leben bringt ihm nichts (Positives), letztlich lohne es sich nicht, das Leben zu leben.<sup>458</sup>

Die funktionale Haltung verlangt vom Leben, dem Menschen etwas zu bringen. Umgekehrt fragt der Mensch hier nicht, nämlich was er selbst in sein Leben einbringen könne, um auch Sequenzen des Glücks und des Sinns zu erleben. Was ist meine Einlage, meine Leistung für ein Gelingen des Lebens, diese Frage stellt dieser fordernde Mensch nicht. Eine solche Einlage könnte z. B. im Mut und in der Anstrengung, Schwierigkeiten zu bestehen, oder in der gelebten Einstellung liegen, sich nicht bei jeder Widrigkeit im Leben gleich über das Leben grundsätzlich zu beklagen. Ein wiederholtes Jammern über das Leben mündet in eine verneinende Haltung zum Leben, es wirkt wie ein vorgezogener Tod, denn hier hört der Mensch auf, tatsächlich zu leben.<sup>459</sup>

Eine *virtuelle Beziehung* zum Leben setzt und beschränkt sich auf Möglichkeiten im Leben. Die Ebene des Denkens und des Träumens ist maßgebend, die Überführung der einen oder anderen Möglichkeit in die Wirklichkeit, das Sich-Einlassen auf die Realität interessiert nicht; mit aller Welt online sein und mit der Wirklichkeit offline bleiben, resümiert hierzu *Wilhelm Schmid* (\*1953).<sup>460</sup>

Dreh- und Angelpunkt jeder Haltung zum Leben ist der *Umgang* mit seinen schwierigen Seiten, mit dem sog. *Falschen im Leben*. Ist der Mensch in der Lage, all das mögliche Unglück und letztlich auch den eigenen Tod anzunehmen, in das Leben zu integrieren und damit bewusst in der Polarität des Lebens bejahend zu leben? Kommt der Mensch zurande

- mit all den *Zufälligkeiten*, vornehmlich mit den unangenehmen Zufällen im Leben,
- mit all den *Widerständen* und sog. *Sachzwängen* im Leben, die sich eigenen Intentionen entgegenstellen, und besonders
- mit der *Unabänderlichkeit des Werdens und Gehens* in Bezug auf sich selbst, seine engste und die gesamte menschliche Umgebung und letztlich auf das ganze Universum? Die Geburt eines Menschen schreibt viele Bedingungen für das Leben unabänderlich fest, und schließlich lässt die Mortalität jedes Leben irgendwann und irgendwie enden.

Der *Tod* wiegt schwer und siegt immer:

„Trägst den Tod in dir? / Trägst schwer. / Tod ist nicht irgendwer: / Wiegt. /  
Stirbst wie nur je ein Tier? / Nimmst leicht. / Tod wird durch nichts erweicht: / Siegt.“

dichtete *Robert Gernhardt* (1937 bis 2006) gegen seinen nahen Tod an. Mit diesem formvollendeten Gedicht kämpfte er gegen die Deformierung seines Lebens durch eine sehr schwere Krankheit und gegen seine Sterbensangst an.<sup>461</sup> *Leopold Rosenmayr* (1925 bis 2016), der Begründer der Altersforschung, Soziologe und Sozialphilosoph, zeigte sich vor seinem eigenen Tod von der Wucht des Alterungsprozesses überrascht: Er habe „die Beschwerlichkeit des körperlichen Daseins *unter-* und die geistige Leistungsfähigkeit *überschätzt*“ und „das Älterwerden ist kein Vergnügen, sondern eine Zumutung“. Sein Leitspruch für das Leben allge-

mein und das Altern und Sterben im Besonderen lautete: „Das Leben ist Widerstand und Keckheit gegen den Untergang“, und dafür brauche es auch eine Güte zu sich selbst.<sup>462</sup>

Eine solche Haltung, die diese Polarität des Lebens nicht negieren, sondern integrieren will, die dem Falschen Richtiges abzugewinnen versucht, kann als *acht- und sorgsame Beziehung zum Leben* gesehen werden. Es ist die Hinwendung auf das ganze eigene Leben, und diese geht über die Achtsamkeit und Sorge für das rein Körperliche hinaus, mithin ist sie eine Hinwendung auf das Ich (mit allen seinen Ebenen und Ausprägungen).

Die acht- und sorgsame Haltung sieht das Leben in seiner Vielfalt und Fülle, sie sieht das Positive ebenso wie das Negative ohne auf die „falschen Aspekte“ des Lebens fixiert zu sein. Sie erweist dem Leben Wertschätzung und Sorge, d. h. sie sagt Ja zum Leben, sie hält es für lebenswert und wertvoll und sorgt dafür, dass es immer wieder auch Glück und Sinn bietet.

Sowohl die grundsätzliche Frage nach dem „Leben-Wollen“ als auch jene nach dem „Wie-Leben“ muss jeder Mensch für sich – und das in Freiheit – entscheiden. Die *Haltung zum Leben* mag auch mit Genetik und Epigenetik, mit Temperament und konkreten Erfahrungen zu tun haben, vornehmlich ist sie allerdings die *eigene Deutung* des Lebens: Wie sehe ich mein Leben – wie sehe ich meine Vergangenheit, meine Gegenwart und meine Zukunft? Frühere, aktuelle und spätere Lebenssituationen zu deuten heißt, für sie innere Bilder zu entwickeln. Erfahrungen auf der einen und Deutungen auf der anderen Seite stehen in einer Wechselwirkung zueinander: So wie schmerzvolle oder glückliche Erfahrungen auf die Deutung des Lebens einwirken, so beeinflussen innere Bilder das empirische Erfahren. Über die Entwicklung, Pflege und Veränderung der Deutung des Lebens hat der Mensch seine Haltung zum Leben und damit auch die Möglichkeit von Glück und Sinn selbst in der Hand.<sup>463</sup>

Sein Leben deutet jeder Mensch selbst. Der Einzelne mag es kurz oder lang, leicht oder mühsam, freud- oder schmerzvoll, bedeutungslos oder bedeutungsvoll usw. sehen. Eine letzte Wahrheit, eine objektive Lebenswahrheit, die für jeden Menschen Gültigkeit beanspruchen kann, gibt es insofern nicht. Über die Beziehung zu seinem Leben – und zu allen seinen Lebenssituationen – bestimmt jeder Mensch selbst.<sup>464</sup>

Der Mensch hat die Freiheit, über seine Haltung zum Leben zu entscheiden, und gleichzeitig trägt er die Verantwortung, eine Haltung zu seinem Leben einzunehmen. In der Art und Weise des Umgangs mit der einzelnen Lebenssituation wird die Haltung zum Leben deutlich. Sie mag eine bewusste und gezielt gestaltete, kann aber ebenso eine unbewusste und durch Schleifen-Lassen (Laissez-Faire), Nicht-Tun u. ä. geprägte Beziehung sein. Freiheit und Verantwortung gehören zusammen; um das deutlich zu machen, könnte man mit *Viktor E. Frankl* anregen, die *Freiheitsstatue* des Lebens – bzw. an der Ostküste der USA – um eine *Verantwortungstatue* – an der Westküste – zu ergänzen.<sup>465</sup>

Existenziell frustrierte Menschen könnten einwenden und behaupten, der Mensch wäre nichts als das Ergebnis von Bedingungen, die in der nicht-menschlichen und menschlichen Umwelt und in ihm selbst liegen. Der Mensch als Produkt äußerer und innerer Bedingungen sei insofern nicht frei, er sei determiniert („Pandeterminismus“). Offensichtlich ist, dass der Mensch ein endliches und abhängiges Wesen und dass seine Freiheit eine beschränkte ist; er hat nicht die Freiheit *von* Bedingungen. Aber, und das ist für die Beziehung zum Leben essen-

tiell, er hat die Freiheit der *Antwort auf Bedingungen* des Lebens, d. h. des Umgangs mit den Bedingungen im Leben.<sup>466</sup>

Die Bedingungen des Lebens können unveränderliche, aber auch veränderliche sein. Absolut unveränderliche Bedingungen anzuerkennen und in sein Leben hereinzuholen, ist lebensklug. Die Grenze zu den veränderlichen Bedingungen ist eine fließende. Und die aktive Einflussnahme und die zielorientierte Gestaltung veränderlicher Bedingungen, die auch und besonders z. B. durch Selbsterziehung die eigene Person betreffen, sind ebenso lebensklug. Ob sich der Mensch Bedingungen einfach unterwirft oder ob er sich dagegen auflehnt und auf sie einzuwirken versucht, das ist seine Freiheit und Verantwortung. Über die Frage, wie der Mensch sein Leben sieht und was aus seiner Existenz wird, entscheidet er in jeder Lebenssituation selbst. Die Hinwendung auf ein Du und auf ein Etwas bedeutet letztlich auch die Änderung von gestaltbaren Bedingungen und damit der Welt, und so wird man selbst ein Mensch mit einer anderen Beziehung zum Leben.<sup>467</sup>

Die im Leben immer wieder zu treffende Entscheidung über die Beziehung zu ihm bietet einseitige, schmerzvolle Varianten:<sup>468</sup>

- Das Leben als *einzigste Feier oder Orgie* – doch wie geht man mit dennoch auftretender Tristesse um?
- Das Leben als *Erfüllung einer Aufgabe* – doch mit der Erfüllung und auch Nichterfüllung kommt einem die Lebensaufgabe abhandeln, wie damit umgehen?
- Das Leben als *Für-Andere-da-Sein* – doch kann dieser Mensch noch mit sich selbst leben und letztlich so für Andere wirklich da sein?
- Das Leben als *Behauptung und Verwirklichung allein des Ich* – das Leben anderer Menschen ist nachrangig oder gar bedeutungslos, doch letztlich wird auch das eigene sinnlos.
- Das Leben als *Veranstaltung der Freude* – doch schon kleines Leid wiegt schwer und lässt das Leben unerträglich werden.
- Das Leben als *Veranstaltung des Leids* – doch schon kleine Freuden wiegen überwältigend schwer, sofern der Mensch sich aus dem Leben nicht selbst ausschließt.

Eine Haltung zum Leben, die Platz für unterschiedlichste Erfahrungen positiver und negativer Art bietet, fängt die Vielfalt, die Fülle, die Polarität, die Spannung des Lebens ein. Sie integriert Freude und Ärger, Lust und Schmerz, Erfolg und Misserfolg, Gesundheit und Krankheit usw., damit schützt sie vor der generellen Ablehnung des Lebens, lässt es als grundsätzlich und trotz aller Widrigkeiten kostbar und bejahenswert erscheinen.<sup>469</sup> Der Mensch ist dazu berufen, Zeit seines Lebens über seine Beziehung zum Leben nachzudenken und zu den Bedingungen aktiv Stellung zu nehmen. Er ist dazu berufen, in jeder – auch noch so schmerzhaften – Lebenssituation vornehmlich über die Hinwendung Bejahenswertes zu entdecken und Sinn zu entwickeln.

Gerade die Haltung zu sehr schwierigen Bedingungen und Erfahrungen, die Akzeptanz von Schmerz, Leid und Tod und das Bemühen, diesem Falschen Richtiges abzugewinnen, bilden den Prüfstein und Angelpunkt von Lebenskunst. Eine acht- und sorgsame Beziehung zum eigenen Leben umfasst sowohl die Hingabe an das Tun im Leben als auch die Hinnahme unveränderlicher Bedingungen.

Der Mensch ist nicht maximal frei und insofern nicht für alles in seinem Leben verantwortlich. Ebenso ist er nicht vollkommen unfrei und damit für nichts in seinem Leben verantwortlich. Der Raum dazwischen, der individuell und auch im Laufe des Lebens unterschiedlich groß ist, bietet Raum für die Hinwendung auf das Leben, d. h. für einen acht- und sorgsamem Umgang mit ihm. So braucht man *weder die Theodizee-Frage*, also jene nach der Gerechtigkeit Gottes, *noch die Biodizee-Frage* zu bemühen, also jene um die Gerechtigkeit des Lebens, das es unter Umständen „mit einem nicht gut meint“ und „unfair“ erscheint, sondern es liegt an der *Lebenskunst des einzelnen Menschen* selbst.<sup>470</sup>

Um dem Falschen Richtiges abzutrotzen, ist der Umgang mit Bedingungen – wenn man so will: mit dem „Schicksal“ – entscheidend:

- absolut *unveränderliche* Bedingungen (in der Umwelt und im Ich) anerkennen und in das Leben integrieren,
- partiell und völlig *veränderliche* Bedingungen zum Gegenstand seines Tuns, seiner acht- und sorgsamem Beziehung zum Leben machen.

Diese Liebe, dieses Ja-sagen-Können zum Leben und zu den vielfältigen Lebenssituationen ist das Zentrum von Lebenskunst.<sup>471</sup> Eine solche Haltung zum Leben macht „*Lebensgut*“<sup>472</sup>, sie bringt „*Versöhnung mit dem Leben*“<sup>473</sup> und lässt *Spuren und Wege zum Richtigen im falschen Leben* finden.

Eine solche Lebenskunst sagt nicht immer und zu allem im Leben ein Ja. Nur dort, wo sich dem Menschen ein Raum der Freiheit (und Verantwortung) auftut, macht die Frage nach einem Ja oder Nein Sinn. „*Nur dort, wo ein Nein möglich ist, wird ein Ja glaubwürdig.*“<sup>474</sup> Das Ja und das Nein sind hier ein Akt der Freiheit. Zum Leben grundsätzlich und insgesamt ein Nein zu sagen bedeutet, von Vorneherein zu verzweifeln und keine verwirklichtbaren Sinnmöglichkeiten, kein Richtiges im Falschen zu sehen. Ein Ja zum Leben hält die Frage nach Sinnmöglichkeiten (in den Lebenssituationen) offen.<sup>475</sup> Das Ja nimmt die Freiheit und die Verantwortung für subjektiven Sinn im und am Leben auf, es bedeutet eine acht- und sorgsamem Beziehung zum Leben, um dem Falschen Richtiges abzugewinnen.

## Narzissmus beschädigt

Zwischenmenschliche Verrohung ist ein Hauptgrund für die massive Zunahme von Narzissmus. Im alltäglichen Leben, von der Familie über den Beruf und öffentlichen Verkehr bis zu Medien, entkommt man ihnen nicht, die *Narzisse* oder *Narzissen* sind allgegenwärtig. So manche schillernde Persönlichkeit, angerührte Mimose oder so mancher profilierungssüchtige und fleißige Ehrgeizling, sie zeigen narzisstische Symptome. Und die Welt sei voller Narzissmus, eine narzisstische Epidemie wäre ausgebrochen – und da helfe nur noch Flucht, meint etwa der (Kriminal-)Psychiater *Reinhard Haller*.<sup>476</sup>

Die Allgegenwärtigkeit von Narzissmus transformiert ihn zunehmend von einer problematischen und krankhaften Störung in eine geltende Lebensauffassung.<sup>477</sup> Doch was ist „krank“ und was ist „normal“? Ein rechtes Maß, „eine Prise Narzissmus“ im Portfolio von Eigenschaften und Haltungen, das jede Persönlichkeit ausmacht, könnte gut tun, wäre gesund, einem friedlichen, sich weiter entwickelnden Zusammenleben zuträglich und daher grundsätzlich erwünscht. Ein bekömmliches Maß wäre Nahrung für das Ich, würde den Selbstwert fördern und dazu motivieren, für sich selbst, für Andere und für die Welt initiativ zu sein. Eine *unan-*

*gemessene* Fokussierung auf sich selbst würde allerdings jedenfalls zu einer der am schwersten zu therapierenden Störungen des Menschen führen, so *Haller*.<sup>478</sup>

Was macht Narzissten aus? Sie sind egozentrisch, empathielos, erniedrigend und empfindlich – die vier großen „E“ eines Narzissten.<sup>479</sup>

Ad „*egozentrisch*“: Der Narzisst kennt nur eine Sicht der Dinge, nämlich nur seine eigene. Er ist das Maß aller Dinge, er ist das einzig Wahre, er sieht sich als Mittelpunkt der Welt und nur seine Sicht zählt, die Perspektiven und Meinungen anderer Menschen nimmt er entweder gar nicht wahr oder er negiert sie einfach. Beispielsweise würde der Narzisst nicht sagen: „Mir als Herr oder Frau X schmeckt das Essen (leider) nicht“, sondern „Das Essen ist mies“, denn es zählt nur sein oder ihr Geschmack, einen Anderen gibt es nicht.

Zur Egozentrik des Narzissten gehört auch, dass stets die Anderen und niemals er selbst Schuld an Vorkommnissen trägt. Denn er ist der Gute, der besser Informierte, der Großartige, dem keine Fehler unterlaufen. Selbst bei von ihm ausgelösten Unfällen zeigt er kein Mitgefühl mit Opfern, sondern bedauert sich wegen der dadurch verlorenen Zeit. Folglich lebt der Narzisst auch keine Kultur der Entschuldigung: Da er von sich eingenommen ist, bringt er auch keine Worte des Bedauerns über seine Lippen, und das in allen Arten zwischenmenschlicher Beziehungen.

Ad „*empathielos*“: Der Narzisst ist unfähig, sich in die Lage eines anderen Menschen zu versetzen und in ihn hinein zu fühlen. Er hat kein Verständnis für, kein Mitgefühl mit anderen Menschen, er strahlt eine zwischenmenschliche Kälte aus. Ihm ist völlig egal, wie es anderen Menschen in ihrem Leben ergeht und wie auch sein Verhalten auf deren Wohlbefinden sich auswirken kann. Wie der Partner, die Partnerin, der Kollege oder die Kollegin, der Mitmensch im Alltag usw. leben, interessiert ihn nicht. Fehlendes Mitgefühl und Egozentrik können zu Katastrophen in Beziehungen wie Mord, Totschlag und Körperverletzung führen.

Mitfühlen zu können gilt als Merkmal einer selbstsicheren, reifen Persönlichkeit. Dem Mangel an Empathie ist man heute in der modernen Hirnforschung auf der Spur: Die Hirnregion für soziales Denken ist beim Narzissten anders als beim empathischen Menschen ausgeprägt. Inwieweit ein Mangel an Empathie auf fehlendes Angenommen-Sein in der frühen Kindheit zurückgeführt werden kann, ist umstritten. Jedenfalls bietet die lebenslange Plastizität des Gehirns auch für den erwachsenen Narzissten die Chance auf Besserung bzw. auf Heilung.

Obwohl der Narzisst ohne Mitgefühl handelt, ist mancher von ihnen von der Bewunderung durch andere Menschen wahrlich abhängig, er will ständig angehimmelt werden, Bewunderung stellt förmlich „seine Muttermilch“ dar. Dieser Narzisst ist süchtig nach Profilierung und Lob durch Andere, gleichzeitig vermag er deren Lebenssituationen und Gefühle nicht zu erkennen, aufzunehmen und deren Wohlbefinden zu unterstützen. Mit seinem Wunsch nach Bewunderung kann der Narzisst allerdings schnell scheitern, denn sein Mangel an Empathie macht jede Beziehung, auch die zu Bewunderern, einseitig, und damit sind die Beziehung und letztlich auch die erwiesene Bewunderung in der Regel zeitlich nicht beständig.

Ad „*erniedrigend*“: Der Narzisst prügelt – im übertragenen und mitunter auch im wörtlichen Sinn – auf andere Menschen ein (und vielleicht auch auf Tiere und Sachen). Seine egozentri-

sche und mitgefühllose Lebensweise führen rasch zum nächsten Schritt, zur Abwertung des Mitmenschen. Andere abwerten, um vermeintlich sich selbst zu erhöhen, um anscheinend selbst besser zu erscheinen, das kennzeichnet Narzissmus. Mit großer Selbstsicherheit ist der Narzisst darauf fokussiert, Menschen in seiner Umgebung, also in der Partnerschaft, im Beruf, im gesellschaftlichen Leben durch abwertende Bemerkungen und (offene und versteckte) Handlungen zu demütigen, sie unter Umständen sogar körperlich, jedenfalls in ihrem Selbstwert zu verletzen.

Hinter dem Handlungsmuster von *fremder Abwertung* und (vermeintlicher) *eigener Aufwertung*, das in der Regel mit großem Machtgetöse und grenzenloser Eitelkeit – also mit diesen Masken des Narzissten – umgesetzt wird, stehen in der Regel eine große Unsicherheit und sogar Minderwertigkeitskomplexe. Erniedrigende Handlungsweisen können demnach als krank und als Versuche der Kompensation gesehen werden.

Ad „*empfindlich*“: Erhält ein Narzisst nicht jene Bewunderung, nach der er sich sehnt und von der er überzeugt ist, dass sie ihm ohne Zweifel zusteht, wird an einem Narzissten gar Kritik geübt, so reagiert er äußerst empfindlich. Anstatt auf Kritik inhaltlich einzugehen, anstatt eine Diskussion zu beginnen, anstatt an der Sache orientiert zu sein, beginnt er personenorientiert loszulegen, indem er sein Gegenüber beleidigt, beschimpft, ihm mit Gehässigkeit, Verachtung und Zynismus begegnet. Der Narzisst vermag zwar gehörig auszuteilen, einstecken kann er allerdings nicht.

Hinter dieser Empfindlichkeit steckt eine große und tiefe Furcht des Narzissten, und zwar davor, vielleicht doch nicht so großartig, so einzigartig, um so viel besser als die Anderen zu sein. Diese Furcht vor der Erkenntnis, doch nicht so toll, so einmalig und herausragend zu sein, diese Furcht vor der Relativität der eigenen Persönlichkeit macht den Narzissten sehr empfindlich gegenüber allen Handlungsweisen und Umständen, die sein Welt- und vornehmlich sein Selbstbild zu erschüttern imstande sind.

Selbst Versuche der sachlichen Reflexion kann der Narzisst schon als unverzeihlich, hinterhältig und böse empfinden. Derart krankhafte Kränkungsstendenzen bergen sogar die Gefahr von Amokläufen (in Partnerschaften, in Schulen, in Betrieben usw.). Nach der modernen *Terrorforschung* müssen drei Dinge zusammenkommen, damit ein Mensch zum Terroristen wird:<sup>480</sup>

- eine *tiefe Verletzung (Kränkung)* in der Kindheit im Sinne eines Traumas wie z. B. grobe Vernachlässigung, Demütigung, Missbrauch, Gewalt; es liegt eine Selbstwertkatastrophe vor, die im günstigen Fall positiv kompensiert wird, wie viele großartige Künstler, Unternehmensgründer, Wissenschaftler usw. als Beispiele zeigen;
- ein *Mangel an Intelligenz* und an *Empathiefähigkeit* – ein „schlauer“ tief gekränkter Mensch wird, sofern er nicht positiv kompensiert, eher zum Finanzbetrüger als zum suizidären Terroristen;
- ein starkes, faszinierendes *Opfernarrativ*, das eine „Gruppe von Sinnstiftern“ in der richtigen Lebensphase und am richtigen Ort bietet.

Der eigentliche Treibstoff, das „mentale Heroin“ des Terrors ist die Resonanz, d. h. die existenzielle Angst anderer Menschen; elektronische Medien bieten heute auch hierfür einen schier unendlichen Resonanzraum.<sup>481</sup>

Extremformen des Narzissmus – der „psychopathische“ ohne jede Empathie, der „böartige“ mit schlimmer Erniedrigung Anderer und der „neurotische“ mit höchster Empfindlichkeit und ohne jede Selbstreflexion – vermögen auch zu körperlichen Übergriffen zu führen. Warum realiter eher Männer von Ausprägungen des Narzissmus betroffen sind, könnte daran liegen, dass sie eher als Frauen Zugang zu Macht und Geld haben, denn diese machen für Narzissmus anfällig.

Narzissmus beschädigt das Leben, das eigene und dasjenige der davon Betroffenen. Das Leben des Narzissten ist ein Leben in Angst und Furcht, vornehmlich fürchtet er seine Demaskierung, und jenes seiner Mitmenschen wird beeinträchtigt etwa durch fehlendes Mitgefühl, durch Erniedrigung oder durch die Unterstellung böser Absichten. Mithin gilt: *Narzissmus macht das Leben zu einem falschen*. Lebenskunst besteht darin, erstens eigene narzisstische Ansätze zu erkennen, darüber zu reflektieren und neue Wege einzuschlagen, und zweitens mit narzisstischen Ansätzen von Mitmenschen umgehen zu lernen.

## Fairness und Empathie in der Lebenskunst

**D**er Mensch ist ein soziales Wesen, isoliert von anderen Menschen kann er nicht vom Kind zum Erwachsenen werden und auch als Erwachsener nicht leben. Essentiell für die Lebenskunst sind daher die Art und die Gestaltung der Beziehungen zu anderen Menschen. „Fairness“ und „Empathie“ sind heute Konzepte, um zwischenmenschliche Interaktionen zu beschreiben, zu erklären und zu prognostizieren. Interpersonelles Handeln und soziale Emotionen stehen im Blickpunkt vornehmlich der Psychologie und der modernen Hirnforschung („Social Neuroscience“).

Die Zusammenarbeit von Menschen steht seit jeher im Fokus der Wirtschaftswissenschaften: Sobald die Ökonomie von Gesellschaften arbeitsteilig gestaltet ist, jedes Gesellschaftsmitglied sich – vor allem seinen spezifischen Fähigkeiten entsprechend – auf einzelne Tätigkeiten spezialisiert, ist ein Austausch von Sach- und Dienstleistungen nötig. Dank der Spezialisierungsvorteile und des Güterausstauschs steigt das Gemeinwohl. Tragendes theoretisches Konstrukt eines marktwirtschaftlich organisierten Güterausstauschs ist das Bild des „homo oeconomicus“; es steht für einen Akteur, der isoliert und seinen eigenen Nutzen maximierend handelt. Marktwirtschaftliche Mechanismen werden heute modellhaft abgebildet, und zwar theoretisch vor allem im Rahmen der sog. „Spieltheorie“ und empirisch in den experimentellen Wirtschaftswissenschaften mittels Laborstudien. In der Neurobiologie werden solche Experimente in den Scanner geholt, um bei (ökonomischen und anderen) Interaktionen zwischen Menschen spezifische Hirnaktivitäten zu erkennen.

Inwieweit Menschen eine Bereitschaft zu „Fairness“ zeigen, kann z. B. mit dem „Trust Game“ untersucht werden: A und B haben jeweils 10 Euro, A kann diese 10 Euro entweder selbst behalten und nach Hause gehen oder an B schicken, bei dem sie sich verdreifachen, so dass B zusammen mit seinen 10 Euro aus der Ausgangssituation insgesamt 40 Euro besitzt. B kann nun entscheiden, ob er die 40 Euro behält und nach Hause geht oder 10 Euro an A zurücksendet, wo sich auch diese 10 Euro verdreifachen, so dass A nach diesem Schritt ebenfalls 40 Euro besitzt. Sendet B die 10 Euro nicht zurück, so hat er sein Vermögen maximiert (40 Euro) und A ist besitzlos (0 Euro); ein ausschließlich seinen eigenen Nutzen maximierender Spieler – im Sinne eines „homo oeconomicus“ – handelt so. Im anderen Fall sagt sich B, er möchte



„fair“ sein, er gibt die von A erhaltenen 10 Euro zurück, damit beide ein Vermögen von jeweils 30 Euro besitzen; dieses Verhalten steht für „Fairness“.<sup>482</sup>

Die Empirie zeigt, dass sogar trotz der Zusicherung an die Spieler, voreinander anonym zu bleiben, ein hohes Maß an Fairness im Menschen steckt. Die Wirklichkeit ist also vom Bild des den Eigennutz maximierenden Subjekts weit entfernt, Menschen entscheiden sich bewusst auch zu Kooperation und Fairness. Neurobiologische Untersuchungen zeigen, dass faires Verhalten Primärverstärker aktiviert, die eine Art (Vor-)Freude auslösen.

Faires Verhalten entsteht in einem Klima des Vertrauens zwischen Menschen, Vertrauen wird geschenkt und erwidert. Fairnessorientiertes Verhalten zeigen bereits Kinder. Die konkrete Ausprägung von Fairness ist obendrein stark kulturell geprägt und mithin sozialisiert, sie kann z. B. mittels des sog. „*Ultimatum-Experiments*“ untersucht werden: A erhält eine große Menge Geld unter der Auflage, mit B zu teilen und diesem einen selbst gewählten Anteil davon zu schenken; B hat die Möglichkeit, nein zu sagen, womit A sein gesamtes Geldgeschenk verlieren würde, im Fall der Ablehnung durch B würden also letztlich weder A noch B Geld erhalten. B hat mithin die Möglichkeit, A für einen aus seiner Sicht zu kleinen Anteil am Geschenk, für ein „unfares Verhalten“ zu bestrafen. Empirisch zeigt sich, dass B bei einem Anteil von weniger als 20 % für ihn die Bestrafung des A wählt, anstatt das Geschenk anzunehmen. Ein solches Gefühl für Fairness besteht – mit kleinen Abweichungen voneinander – offenbar in allen Kulturen.<sup>483</sup>

Fairness hängt mit einer Vorstellung von Gerechtigkeit und stark mit Bestrafung, ggf. sogar Rache zusammen. Experimentell bildet man diesen Zusammenhang z. B. mit dem „*Common Goods Game*“ – in unterschiedlichen Detailausprägungen – ab: Viele Spieler werden Teilhaber an einem gemeinsamen Besitz, jeder zahlt eine Summe ein, die sich im gemeinsamen Besitz vervierfacht; letztlich wird das Ganze auf alle Spieler gleichmäßig aufgeteilt. Die Ergebnisse mit dieser Art von Spielen zeigen eine *anfängliche Kooperation*, ferner, dass es in Gruppen stets auch mindestens einen *Trittbrettfahrer* gibt, der nichts einzahlt, weil er meint, dies würde niemandem auffallen und am Ende hätte er sowohl den Anteil am gemeinsamen Besitz als auch das eigene Kapital. Das Experiment über mehrere Runden gespielt führt zu einem völligen Verlust der Kooperation, die Teilnehmer fühlen sich enttäuscht und steigen aus.

Dem Anreiz, Trittbrettfahrer zu werden, kann man allerdings entgegenwirken, indem man vorsieht, ihn – ggf. unter Einsatz eigener Ressourcen – bestrafen zu können. Bei einem „*Altruistic Punishment*“ können Spieler aus ihrem eigenen Kapital Strafpunkte kaufen und je erworbenen Strafpunkt werden jedem Trittbrettfahrer drei Punkte von seinem Kapital abgezogen. Diese Möglichkeit, Trittbrettfahrer zu bestrafen, lässt die Bereitschaft zu Kooperation nach oben schnellen. Von ihr wird intensiv Gebrauch gemacht, da und dort sogar bis zur eigenen Vermögenslosigkeit! Offenbar ist es den meisten Menschen ein starkes Bedürfnis, den Missbrauch von Fairness – sehr spürbar – zu bestrafen.<sup>484</sup>

„*Empathie*“ wird in neurologischen Experimenten vor allem im Sinne eines Mitleidens untersucht. Mit jemandem empathisch zu sein bedeutet hierbei etwa, dass bei einer Person, die eine andere Person beobachtet, der physischer Schmerz zugefügt wird, jene Hirnregionen aktiviert werden, die für die Verarbeitung eigener realer Schmerzen verantwortlich sind; diese Person fühlt mit, sie teilt den Schmerz des Gegenübers.<sup>485</sup>

Interessant erscheint die Abhängigkeit zwischen Empathie und Fairness:<sup>486</sup> Menschen sind offenbar eher empathisch mit fair handelnden Menschen; besonders Männer zeigen in Schmerzexperimenten kaum oder keine Empathie gegenüber Menschen, die unfair handeln. Werden neben Schmerzen auch psychologische Rachemöglichkeiten einbezogen, so dürfte auch bei Frauen die Empathie gegenüber Unfairen stark abnehmen. Die Conclusio lautet: Die *Bestrafung* unfairen, also nicht-kooperativer Menschen wird für adäquat, für gerechtfertigt erachtet, es kann sogar Schadenfreude an ihrer Bestrafung entstehen.

Fairness und Empathie sind unterschiedliche Kategorien: „*Fairness*“ hat mit Kooperation, mit impliziten Handlungsnormen, mit Recht und Recht sprechen und schließlich mit Strafe zu tun; rein fairnessorientiertes Verhalten kann letztlich sogar zu Krieg führen. Bei „*Empathie*“ geht es nicht um die Frage, ob der Andere unfair handelt und wie das unter Umständen zu sühnen ist, sondern sie fokussiert auf das Wohl des Anderen, dem Anderen soll es gut gehen, sein Leid soll gemindert und sein Glück erhöht werden; ein Bedürfnis nach Sühne und nach Rache hat hier keinen Platz, denn es fügt dem Anderen Leid zu und führt ihn ins Unglück.

Aus dem Blickwinkel der Hirnforschung ist (bislang) unklar, in welchem Ausmaß Vorstellungen zu Fairness und die Fähigkeit zu Empathie erstens auf eine *genetische* Veranlagung, zweitens auf *epigenetische* Einflüsse, die als Aktivierungsschalter für Gene vor allem in der Schwangerschaft, in den ersten Lebensjahren und in der Pubertät durch Außeneinflüsse zustande kommen, und drittens auf *kulturelle Prägungen* zurückgehen. Die sog. „Plastizität“ des Gehirns, also die (lebenslange) Veränderbarkeit der neuronalen Verschaltungen, erlaubt schon sehr frühe Prägungen und Konditionierungen und damit nachhaltige Veränderungen des Gehirns.<sup>487</sup>

Die *Plastizität* des Gehirns kann genutzt werden, um durch ein Training veränderte oder neue Verhaltensmuster abzuspeichern. Ein „Empathie- oder Mitgeföhl-Training“ könnte bedeuten, sich im Leben nicht auf das Einfordern von Fairness zu beschränken, sondern das Wohl des Anderen in den Fokus zu nehmen. Eine auf Empathie setzende Lebenskunst identifiziert und brandmarkt nicht ständig unfaire Bedingungen und unfaire Verhaltensweisen, um sie dann mit Strafen oder gar Rache und Krieg zu beantworten, vielmehr setzt sie am *Wohlergehen* des Nächsten an, sie begegnet *Menschen in Achtsamkeit und Sorge*, „ehrlich gemeint gut“ könnte ihr Motto sein.<sup>488</sup>

Ein Empathie-Training ist eine Art *Selbsterziehung* zu mehr Mitgeföhl. Aus neurobiologischer Sicht ist bemerkenswert, dass ein solches – beständiges, also durch längere Zeit hindurch verwirklichtes – *Üben* Hirnstrukturen verändert und damit empathische Verhaltensweisen automatisiert. Für neuronale Veränderungen reicht nicht das Nachdenken über Empathie, vielmehr ist ihre konkrete Umsetzung, ist das Leben in realen empathischen Beziehungen unabdingbar. Diese *Lebenskunst der Empathie* kann man ein ganzes Leben lang trainieren, einlernen und praktizieren.<sup>489</sup>

## Die Erkenntnis der (Sinn-)Leere: Das Leben als leidvolles, langes und vergebliches Warten (auf Godot)

**D**as Leben des Menschen geht unweigerlich mit Schmerz, Leid und Tod einher. Wie soll der Mensch mit diesen negativen Seiten des Lebens umgehen? Ein erster Weg ist das *passive Warten*: Schmerz, Leid und Tod geduldig ertragen und passiv auf eine „Erlösung“ hoffen. Ein zweiter Weg ist das *aktive Tun*: Der Mensch nimmt sein Leben selbst in die Hand, indem er Möglichkeiten der Gestaltung sucht, entwickelt und umsetzt, d. h. er wartet nicht, erlöst zu werden, sondern packt im Leben an, auch in Bezug auf Schmerz und Leid bei sich selbst und bei Anderen und auch in Bezug auf den Tod, den er als Aufforderung zum aktiven Leben sieht.

Den *Weg des passiven Wartens auf Erlösung* von Schmerz, Leid und Tod steht – in einer sehr eindrucksvollen Art und Weise – im Mittelpunkt des absurden Theaterstücks „*Warten auf Godot*“ des Schriftstellers (und Philosophen) *Samuel Beckett* (1906 bis 1989).<sup>490</sup> In diesem Stück mit dem französischen Originaltitel „*En attendant Godot*“, das der in eine wohlhabende Familie im irischen Dublin hineingeborene und nach Studien und Reisen ab 1937 in Paris – wegen seiner späteren Frau *Suzanne* – sesshafte *Samuel Beckett* 1948 begann und 1952 veröffentlichte und das er selbst in seine Muttersprache Englisch übersetzte, geht es um *Hoffnungs- und Sinnlosigkeit im Leben*, auch vor dem geschichtlichen Hintergrund der sehr schwierigen politischen und ökonomischen Entwicklung Europas in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts und der Katastrophe des Zweiten Weltkriegs.<sup>491</sup>

Dieses Werk des „absurden Theaters“ umfasst zwei Akte.<sup>492</sup> Auf einer verlassenen Landstraße mit einem Graben und einem blätterlosen Baum verweilen die beiden Landstreicher *Estragon* und *Wladimir*. Ersterer hat die Nacht im Graben verbracht und will vergeblich seinen Schuh ausziehen, der zweite beklagt sich über sein Leben. Unter dem Baum warten sie auf einen Mann mit dem Namen *Godot*; Genaueres hierzu wissen sie nicht, jedenfalls erwarten sie eine Antwort auf eine Frage, derer sie sich nicht mehr entsinnen können. Die beiden Landstreicher diskutieren über den Baum, über das Warten und über ihr schmerz- und leidvolles Leben, denn sie haben weder Geld und Wohnung noch Aussicht auf ein verbessertes Leben. So erwägen sie, sich am Baum zu erhängen, aber selbst am Gelingen dieses Vorhabens zweifeln sie, sodass sie diese Idee verwerfen und weiter auf *Godot* warten.

*Pozzo* und *Lucky*, der Herr und sein Diener, betreten die Szenerie. *Pozzo* behandelt *Lucky*, der einen Strick um den Hals trägt, in herabwürdigender Weise. Um *Estragon* und *Wladimir* zu versöhnen, befiehlt der Herr seinem Diener, zu tanzen und zu denken. Der Tanzversuch misslingt, das Denken endet in einem Monolog des *Lucky*, in dem er die sinnlose Situation karikiert. Schließlich ziehen *Pozzo* und *Lucky* weiter und die beiden Landstreicher warten allein auf *Godot*.

Ein Junge bringt *Estragon* und *Wladimir* die Nachricht, *Godot* wolle sie am nächsten Tag zur gleichen Zeit und am selben Ort treffen. Sie überlegen, sich eine Bleibe zu suchen und am nächsten Tag wiederzukommen, doch auch diese Absicht des Tuns verwirklichen sie nicht, sie bleiben und warten. Damit endet der erste Akt.

Der zweite Akt beginnt unter dem nun einige zarte Blätter tragenden Baum. *Wladimir* singt ein Lied, *Estragon* hat die Ereignisse des Vortags vergessen, *Wladimir* erzählt von *Lucky*, beide beschließen, weiter auf *Godot* zu warten, sie spielen mit *Lucky*s Hut, imitieren *Pozzo* und *Lucky*, denken über Selbstmord nach, beleidigen einander und warten weiter auf *Godot*. *Pozzo* und *Lucky* erscheinen, nun allerdings mit vertauschten Rollen: Der über Nacht erblindete Herr, der sich so wie *Estragon* an den Vortag nicht erinnern kann, wird von seinem Sklaven geführt; nach einem Gespräch mit den Landstreichern verlassen sie beleidigt den Ort. Der Botenjunge, der behauptet, nicht jener des Vortags zu sein, erscheint erneut und kurz mit der gleichen Nachricht: *Godot* hätte nicht kommen können, er würde am nächsten Tag erscheinen. *Estragon* und *Wladimir* scheitern mit einem erneuten Selbstmordversuch, sie wollen am nächsten Tag mit einem besseren Strick wiederkommen und sich erhängen, falls *Godot* wieder nicht kommt. Der zweite Akt endet wie der erste: *Estragon* und *Wladimir* rühren sich nicht von der Stelle.

Stilistisch auffallend sind die mechanisch wirkende Sprache, die für einen Konformismus der Gesellschaft stehen kann, und die Diskrepanz zwischen dem Reden und dem Tun, zwischen dem Wort und der Tat von Menschen. Inhaltlich enden beiden Akte mit dem Entschluss zu gehen, der aber nicht umgesetzt wird. Die Handlung dreht sich in einer endlosen Wiederholbarkeit im Kreis.<sup>493</sup>

*Samuel Beckett* weigerte sich Zeit seines Lebens, seine Stücke zu interpretieren. Allerdings ist auch sein Werk „*Warten auf Godot*“ voller versteckter Andeutungen. Auffällig ist der Name *Godot*: Zum einen nimmt er Bezug auf das englische Wort „God“ für „Gott“, zum anderen ist er mit der französischen Endung „-ot“ die Verkleinerungsform von Gott und bedeutet so viel wie „Göttchen“ oder „Göttlein“, ähnlich wie „Pierrot“ von „Pierre“ oder „Charlot“ von „Charles“. Vor diesem Hintergrund kann man fragen: Warten die Menschen auf einen im Grunde lächerlichen und machtlosen Gott, und sind Menschen, die einen solchen Gott anbeten und auf ihn warten, ebenfalls der Lächerlichkeit preisgegeben?<sup>494</sup> Oder finden Menschen zu Gott deshalb keinen Zugang, weil sie passiv sind und sich nicht durch aktives Handeln in das Weltgeschehen einbringen, weil ihnen also die aktive Hinwendung auf Gott fehlt?

Im Stück kann der ferne Gott Schmerz und Leid nicht vermeiden. „*Wladimir*“, der Name des ruhigeren und rationalen Landstreichers, bedeutet „Herrscher“. Ist ein vernünftig denkender Mensch eher in der Lage, Schmerz und Leid in der Welt hintanzuhalten? „*Estragon*“, der dümmere und vergesslichere Landstreicher, der sogar so vermessen ist, sich mit *Jesus* zu vergleichen, der kann für die „Schwäche“ des Menschen stehen: Als Gewürzkraut steht es für Sinnliches und für fleischlichen Genuss, das Wort könnte sich auch vom griechischen „drakon“ ableiten, das „Schlange“ oder „Drache“ bedeutet und das für den falschen und hinterlistigen Menschen stehen kann. Ist der „an Gott glaubende“ Mensch unter Umständen der schlechtere? Geben sich Menschen ihrem Schicksal hin, indem sie vollends auf die Erlösung durch einen Gott warten, hören sie auf, selbst zu denken und ihr Leben und die Welt in die Hand zu nehmen?<sup>495</sup>

Auch *Lucky*s Monolog ist Kritik an (solchen) Religionen, die das eigenständige Denken untergraben, die sich auf die äußere Einhaltung von Regeln stützen, die nicht wirklich Trost spenden und die den Menschen nackt zurücklassen. *Wladimir* nimmt *Lucky*s Hut – die Vernunft siegt also über einen derart verstandenen Glauben. Der Junge mit der Botschaft kann als Metapher für das „Bodenpersonal Gottes“ verstanden werden, das das Kommen des Erlö-

sers immer wieder ankündigt, aber es verzögert sich stets von Neuem; so werden die Menschen in ein ständiges Warten gedrängt.<sup>496</sup> Der mehrfach wiederkehrende Dialog zwischen *Estragon* (E) und *Wladimir* (W) verdeutlicht dies:

E: Komm, wir gehen! W: Wir können nicht. E: Warum nicht? W: Wir warten auf *Godot*. E: Ah!

„*Warten auf Godot*“ ist kein Stück, das Optimismus und Vertrauen in einen objektiven Sinn des menschlichen Lebens vermittelt. Menschen erwarten sich die Erlösung von Schmerz und Leid von einem Gott, von einem „Erlöser“ (!), von einem Heil bringenden Propheten. Elendiges Warten und die dauernde Ungewissheit in der Verabredung mit Gott und über einen objektiven Sinn kennzeichnen das Leben. Dem Menschen bleibt nur die Hoffnung auf Erlösung, die über weite Strecken zur Hoffnungslosigkeit des unaufhörlichen Wartens wird. *Sinnleere* im Leben und über das Leben hinaus macht sich breit. Mit dem passiven Warten und Hoffen vergehen die Zeit und ebenso das Leben.

*Passives Warten* und Hoffen auf eine Befreiung aus Schmerz und Leid, auf eine Überwindung des Lebensbegrenzers Tod und auf einen objektiven Sinn der Welt und des Lebens, das lähmt den Menschen und *verhindert, das Leben zu leben*. Schnell erscheint ein solches Leben als schmerz- und leidvoll, als lang(weilig), als trostlos und mithin als vergeblich. Passives Warten lässt den Menschen nicht die Kräfte entwickeln, um in seinen einzelnen Lebenssituationen durch aktives Tun, wie z. B. durch die Hinwendung auf ein Du oder auf eine Aufgabe, für sich Glück und so etwas wie einen subjektiven Sinn zu entwickeln.

## Trost im Leben finden

**D**as Falsche in der Welt hat bei *Adorno* mit der Grundspannung von Leid und Trost zu tun. Ihm geht es weniger um die materielle Not von Menschen oder bestimmter „Klassen“, sondern um ein Leiden in und an der Gesellschaft, um jene Schmerzen und Not, die gesellschaftliche Institutionen beim Einzelnen auslösen. Der Fokus liegt hierbei auf dem Diesseits, also auf der Identifikation von Richtigem im Hier und Jetzt, und nicht auf einer jenseitigen Perspektive im Sinne einer Vertröstung. Trost im Leben zu suchen bedeutet, Leid zu vermindern und letztlich Richtiges im Falschen zu finden. Doch wo und wie kann der Mensch zu Trost kommen?

Die Ausgangslage einer Suche nach Trost kann weiter als bei *Adorno* gefasst werden: Erstens wollen wir *materielle Not* einbeziehen, die *Adorno* in seiner persönlichen Lebensgeschichte wegen seines eher elitären und aristokratischen Verhaltens fremd war, und zweitens soll die passive Sichtweise, dass es nämlich ausschließlich die gesellschaftlichen Umstände wären, die Leid, also das Falsche beim Einzelnen verursachen, um eine aktive Komponente ergänzt werden, die den *Menschen als Auslöser von Schmerz und Leid* – für ihn selbst und für Andere – sieht.

Das Leben des Menschen ist auch eine Trostgeschichte: Schon das Kind, das sich weh tut, will in seinem Schmerz wahr- und ernst genommen werden. Der *Trost der Mutter* – oder einer anderen engen Bezugsperson – ist die ursprüngliche Erfahrung des Trostes, eine grundlegende Lebenserfahrung, vermittelt durch Gesten, Berührungen, Geruch, Wärme und Stimme.<sup>497</sup> Schmerz, Leid und Tod gehören untrennbar zum polaren Leben des Menschen, an ihnen kann er verzweifeln und zerbrechen. Der Mensch bedarf daher sein Leben hindurch

immer wieder des Trostes, wahrscheinlich ist der Mensch sogar jenes Wesen, das am meisten Trost braucht.<sup>498</sup>

Es ist die „*ontologische Differenz*“, die den Menschen trostbedürftig macht: Die Wahrnehmung der großen Differenz zwischen der Wirklichkeit und den Möglichkeiten des Lebens. Von dem Möglichen wird nur wenig Wirkliches und das wenige Wirkliche ist nicht immer die beste Möglichkeit. Das Problem der ontologischen Differenz wird durch ausufernde Erwartungen, also durch einen (Über-)Optimismus verschärft: Je größer die Erwartungen an das Leben und die Welt sind, umso enttäuschender ist die Wirklichkeit und umso mehr Trost braucht der Mensch. Obendrein vermögen dann auch noch die großen Erwartungen an Trost im Leben enttäuscht zu werden. Ein *aufgeklärter Pessimismus* kann davor bewahren, zu viel an Trost zu brauchen und zu erwarten.<sup>499</sup>

Bedarf nach Trost entsteht auch aus *Abschied*:<sup>500</sup>

- Abschied von einer vergangenen Wirklichkeit, in der ein Mensch gerne lebte, etwa von einer als Kind erlebten Geborgenheit, vom Leben mit einem geliebten Menschen oder von einer verwirklichten Aufgabe.
- Abschied von Möglichkeiten, die in der Gegenwart und Zukunft nicht mehr offen stehen, die ein Mensch in der Rückschau aber gerne ergriffen hätte.

Beim Bedarf nach Trost kommt zum Wissen um die ontologische Differenz im Leben die *Erfahrung der Unabänderlichkeit*: Der Mensch weiß, dass Ungutes, Unangenehmes, Schmerzhaftes, Leidvolles etc. geschah, das irreversibel, also nicht mehr aus dem Leben und der Welt zu schaffen, ist. Letztlich ist es das Wissen um den unabänderlichen eigenen Tod und um den Tod geliebter Menschen, das schmerzt und trostbedürftig macht.<sup>501</sup>

Trost im Leben zu finden, das hat mit dem Abhanden-Kommen und dem Wieder-Finden von *Hoffnung, Vertrauen und Lebenskraft* zu tun. Das geschehene Falsche kostete und kostet Kraft, Trost gibt Aussichten auf eine Besserung, schafft wieder Vertrauen darauf, dass dem Leben durchaus auch Richtiges abzugewinnen ist und verhilft so zu neuer Lebenskraft. Die zentrale Frage lautet dabei, welche Wege zu neuer Lebenskraft der Mensch sich selbst verschafft oder durch andere Menschen verschafft werden.<sup>502</sup> Solche Wege des Trostes und damit zu Hoffnung, Vertrauen und Lebenskraft hängen von der Erfüllung einer wichtigen Bedingung ab, und die ist die Bereitschaft, sich trösten zu lassen, also Trost anzunehmen.<sup>503</sup>

Das Wesen des Trostes liegt in der Herstellung von Zusammenhängen. Das betrifft sowohl den Trost für einen selbst als auch jenen für Andere. *Tröstende Zusammenhänge* betreffen vier Ebenen:<sup>504</sup>

- die körperlich-sinnliche,
- die emotional-seelische,
- die geistige und ggf.
- die transzendente Ebene.

Auf der *körperlich-sinnlichen Ebene* geht es um Zusammenhänge zwischen dem Selbst und anderen Menschen sowie dem Selbst und der (restlichen) Welt. Sinnliche Eindrücke können als schön, angenehm und bejahenswert empfunden werden; diese Schönheit im Leben tröstet. „Augentrost“ kann aus dem Betrachten etwa einer Blume, von Farben, einer Landschaft, eines Gegenstandes, eines gemütlichen Raums, eines Orts mit schönen Erinnerungen etc.

entstehen. „Ohrentrost“ kann aus dem Hören von lieb gewonnenen Musikstücken, von Liedern aus der Kinderzeit, die mit Geborgenheit assoziiert werden, ebenso aus der angenehmen Stimme eines sympathischen Menschen, dem Säuseln des Windes in den Blättern eines Baumes, dem Gezwitscher von Singvögeln im Frühling, dem Rauschen eines Baches etc. entspringen. Ebenso können angenehme Berührungen wie ein Reichen der Hände oder eine Umarmung, „Trostdüfte“ von Blumen, Speisen, Parfums etc. oder „Trostköstlichkeiten“ wie Lieblingsgerichte, Schokolade usw. Trost finden lassen.<sup>505</sup>

Die *emotional-seelische Ebene* stellt auf die Wahrnehmung positiver Gefühle ab. Das Fühlen eines bejahenswerten Zusammenhangs spendet Trost: In erster Linie geht es hier um eine bejahende Beziehung zu sich selbst, um ein Sich-Annehmen und ein Sich-Mögen, was bei einer kritischen Sicht auf das Ich und vornehmlich nach Falschem, das passierte, irreversibel ist und Schmerz und Leid auslöst, eine große, aber auch er-lösende Herausforderung ist. Ferner sind bejahende Beziehungen zu anderen Menschen wichtig, denen unter Umständen Ähnliches widerfahren ist, zu anderen Lebewesen, aber auch zu Aufgaben und Dingen.<sup>506</sup>

Trost geht besonders von solchen Menschen aus, denen man nicht gleichgültig ist, die einem eine Vertrautheit und vielleicht auch Geborgenheit verschaffen, die einem in Achtsamkeit und Sorge, also positiv begegnen. Was im Umgang mit Menschen tröstet, das sind die fremde und die eigene:

- Großmut, die in Empathie und Wohlwollen zum Ausdruck kommt,
- Sanftmut, die harte Wirklichkeiten und ihre Bitterkeit vergessen lässt,
- Langmut, die durch eine geduldige Hinwendung andere Zeithorizonte öffnet,
- Demut, die den Menschen Falsches im Leben annehmen lässt.

Und obendrein kann der Mensch Trost auch dadurch finden, andere Menschen trösten zu können. Eine „Ummantelung“ durch andere Menschen spendet das ganze Leben hindurch Kraft und lässt so Spuren zu Glück und Sinn erkennen.<sup>507</sup>

Vornehmlich individuelle Wege aus schmerz- und leidvollen Wirklichkeiten bieten etwa das Weinen, mit dem einem „leicht ums Herz“ werden kann, das Lachen, bei dem Inneres nach außen gekehrt wird, der Humor, um sich aus festgefahrenen Situationen herauszuführen, oder die Künste, um sich in kunstvoll komponierte Töne, Bilder oder Worte eingebunden zu fühlen.<sup>508</sup> Zauber-Töne, Zauber-Bilder oder Zauber-Worte vermögen Menschen zu „verzaubern“.

Die *geistige Ebene* fokussiert auf das Denken und das Deuten, also auf innere Bilder, die Kraft und damit Trost spendende Zusammenhänge ausfindig machen. Dabei geht es nicht um ein kausales Warum, mit dem unangenehme Ereignisse – mit Ursache-Wirkungs-Zusammenhängen – erklärt werden, sondern um eine Deutung und damit um die Frage: Wozu kann etwas gut sein? Deuten heißt, sich einen *möglichen teleologischen Zusammenhang* auszudenken.<sup>509</sup>

Das Aufbegehren gegen Schmerz, Leid und Tod kann diese niemals restlos aus dem Leben verbannen. Teleologische Zusammenhänge können auch im Negativen, im Falschen entdeckt werden. Schmerz, Leid und Tod einen Platz im Leben einzuräumen, das macht sie erträglicher und das Positive, Angenehme, Lustvolle, Gute, Schöne etc. umso angenehmer. Hilfreich sind hierbei etwa das Lesen, das neue Wege der Deutung von (unangenehmen) Ereignissen zeigen kann, das Reden, das einen Zusammenhang zu anderen Menschen aufbaut und so

aus Einsamkeit und Verlorenheit zu neuen Deutungen führen kann, und das Schreiben, mit dem seelische Last abgebaut und neue Deutungsideen geboren werden können.<sup>510</sup>

Deutungsideen haben mit inneren Bildern zu tun. Sie sind es, die den Menschen das Schöne am Ich, am Du, an anderen Lebewesen, an Kunstwerken, an der restlichen Welt und vielleicht auch am Transzendenten sehen lassen. Das Wesentliche sei für die Augen unsichtbar, nur mit dem Herzen sehe man gut, so heißt es bei *Antoine de Saint-Exupéry*, und das „Herz“ sind die inneren Bilder, mit denen der Mensch auf Andere und auf Anderes zugeht. Verantwortung für die inneren Bilder und für die Schönheit im Leben – auf sinnlicher, emotionaler, geistiger und vielleicht auch auf transzendenter Ebene – übernehmen zu können, das heißt, seine inneren Bilder für sich transparent zu machen, über sie zu reflektieren und seine individuelle „Galerie der inneren Bilder“ zu bauen und weiterzuentwickeln. Sein ganzes Leben lang kann und soll der Mensch – im Interesse von Trost, Glück und Sinn – „*Galerist seiner inneren Bilder sein*“.

Die *transzendente Ebene* führt aus der Gegenwart und aus der Endlichkeit des Ich heraus. Sie kann *erstens* einfach in einer „weltlichen“ Perspektive verstanden werden: „Das Leben geht weiter im Alltag und in den Gewohnheiten.“ Alltägliche Abläufe, Arbeiten an (selbst gestellten) Aufgaben etc. können aus dem Negativen z. B. durch Zerstreuung, Ablenkung oder Fokussierung in das Leben zurückführen. Es ist die Hinwendung auf ein Du oder ein Etwas, das dem Trost suchenden Menschen zeigt, für jemanden oder für etwas gut zu sein.<sup>511</sup>

*Zweitens* weist die transzendente Ebene über das eigene Leben hinaus. Es ist der wirkliche Tod, der traurig macht, aber der Blick auf Kinder und ggf. auch jener auf etwas „Größeres“ können trösten:

*Kinder* tragen das Leben weiter, in ihnen werden sowohl die eigene Sterblichkeit als auch die ontologische Unsterblichkeit deutlich.<sup>512</sup> Vor allem beim Älter-Werden kann es helfen, heranwachsende Kinder zu sehen, zu beobachten und mit ihnen Kontakt zu halten. Der alternde Mensch fühlt sich dadurch – ebenso wie das Kind – eingebunden, er weiß, dass das Leben vergeht, aber das ist zumindest insofern nicht schlimm, als ja neues im Wachsen und Reifen ist.<sup>513</sup>

Etwas „*Größeres*“ – in einem säkularen oder religiösen Sinn – kann Geborgenheit in einem Allumfassenden, in einer überirdischen Dimension jenseits von Raum und Zeit bieten.<sup>514</sup>

- das Sich-aufgehoben-Wissen in der „Geschichte der Menschheit und der Welt“, aus der der Mensch mit seinem Tod nicht heraustritt und die mit diesem nicht endet, oder
- die „Einbettung der irdischen in der kosmischen Natur“, die die enden wollende Bedeutung des Irdischen zeigt und eine unendlich weite Dimension öffnet, in der sich auch das Schmerz- und Leidvolle des Lebens verliert.

Während das Diesseits an Raum und Zeit gebunden ist, kann ein „*Jenseits*“ über die spezielle Perspektive der „Ewigkeit“ verfügen: Sie ist der physikalische Grenzfall der *Lichtgeschwindigkeit*. Gemäß der Relativitätstheorie von *Albert Einstein* (1879 bis 1955) hat dabei *jede räumliche und zeitliche Distanz den Wert null*; für das *Licht* passiert alles, was im Universum geschieht, in einem einzigen Augenblick, „Ewigkeit“ bedeutet mithin, dass alles gegenwärtig ist.<sup>515</sup>



„Licht“ ist der gigantische Speicher für alles Geschehen auf der Welt. Die *räumliche* Distanz ermöglicht ein Gegenüber, eine *Hinwendung*, eine *Liebe*, die *zeitliche* Distanz ein Nacheinander, eine *Entwicklung*, ein Lernen von *Wissen*. Im Jenseits, also im Licht oder in der Transzendenz – mit der Distanz null – sind „*alle Liebe und alles Wissen gespeichert*“. In Vorstellungen zum Jenseits kommt Licht meist eine transzendente Qualität zu: So werden Religionsstifter oder göttliche Gestalten vielfach als „*das Licht der Welt*“ bezeichnet. Eine Vorstellung zur Transzendenz könnte lauten: Die Seele des Menschen – ggf. ebenso weiterer Lebewesen – würde mit dem Sterben in das Licht eintauchen, seine Seele setze sich aus *seiner* gefühlten Liebe und *seinem* gelernten Wissen zusammen, das Jenseits bestünde aus *aller* Liebe und *allem* Wissen. Mit dem Tod schließe der Mensch mit seiner Liebe und seinem Wissen zu dieser transzendenten Perspektive auf, die keine eigene neue Welt zum Erleben, sondern das „Ergebnis allen menschlichen Wirkens“ sei.<sup>516</sup>

Fähigkeiten des Menschen, die eine – die skizzierte oder eine andere – transzendente Ebene des Trosts auf tun, sind:

- Ein *Glauben* daran, dass menschliches Leben über das irdische Leben hinaus möglich ist und dass im Weltganzen Sinn „gefunden“ werden kann.
- Die *Liebe* zu Menschen, zu anderen Lebewesen, zur Welt und zu etwas Größerem jenseits von Raum und Zeit.
- Die *Hoffnung*, dass sinnvolle Zusammenhänge herstellbar sind und dass im Leben alles wieder gut wird, ferner auch
- die *Sehnsucht* als unduldsame Hoffnung,
- die *Melancholie*, die davon entlastet, immer nur Positives, Glück und Sinn sehen zu müssen,
- *Schlaf und Traum*, wo Möglichkeiten des Lebens durchgespielt werden, um dann die faszinierendsten vielleicht auch umzusetzen,
- die *Fantasie* zur Erschließung „neuer Welten“, einschließlich jener Fantasie, die das Kind im Menschen sprechen und die Welt mit den „Augen eines Kindes“ – und damit mit dem Herzen – sehen lässt<sup>517</sup>,
- die aktive *Begeisterung* für ein Du, für ein Etwas, auch für eine „Utopie“, und das Sich-anstecken-Lassen durch die Begeisterung Anderer, auch
- individuelle und kollektive *Rituale*, die in schwierigen Situationen Halt und Einbindung bieten.<sup>518</sup>

Der trostbedürftige Mensch hat also viele Möglichkeiten, Trost zu finden. Lebenskunst ist auch, in Situationen des Schmerzes und des Leids den einen oder anderen Weg des Trosts aufzunehmen und zu pflegen, anderenfalls drohen die Trostlosigkeit und die Untröstlichkeit.<sup>519</sup> Der religiöse Mensch kann dank seines Glaubens an einen „Gott“ verstärkt auf die transzendente Ebene setzen, ein Weg, den der säkulare Mensch nicht sieht.

## Für Trost, Glück und Sinn von Religionen lernen?

**K**önnen Religionen generell oder einzelne religiöse Ideen und Praktiken in einer säkularisierten Gesellschaft bei der Kreierung von Lebenskunst helfen? Kann Religion auch für Nicht-Gläubige nützlich sein, also für *A-Theisten*, die meinen, Gott gäbe es nicht

und die daher ohne Gott leben, für *Anti-Theisten*, die sich dem Glauben an einen Gott aktiv entgegenstellen, und für *Agnostiker*, die die Existenz Gottes weder ausschließen noch glauben können?

Aus der Perspektive Nicht-Gläubiger können Religionen zwei zentrale Funktionen erfüllen:<sup>520</sup>

- Religionen erfüllen das Bedürfnis des Menschen nach Gemeinschaft und Geborgenheit.
- Religionen helfen, mit Schmerz, Leid und Tod, kurzum mit dem polaren Leben zurechtzukommen.

Religionen sind insofern wie eine *Fundgrube für Lebenskunst*, die mit vielen ausgeklügelten Konzepten helfen können, Schräglagen, Missstände und schweren Belastungen eines säkularisierten Lebens zumindest ein wenig abzufedern.

So empfiehlt etwa der große Intellektuelle und Theoretiker des kommunikativen Handelns *Jürgen Habermas* (\*1929) für ein „post-säkularisiertes“ Zeitalter eine „Dialektik der Aufklärung“ in der Art, dass säkulare Gesellschaften und religiöse Gemeinschaften lernen sollten, einander anzuerkennen: Religionen könnten mit ihrer Sensibilität für das Fallen im Leben und für „entstellte Lebenszusammenhänge“ dem Menschen helfen, moralische Orientierung, Glück und Sinn zu finden.<sup>521</sup>

Die moderne Gesellschaft ist u. a. durch eine starke Individualisierung, durch ein allgegenwärtiges und sogar in private Verhältnisse hineinreichendes Konkurrenzdenken, durch eine Härte im Umgang mit anderen Menschen, Lebewesen und der Welt, durch eine Gleichgültigkeit gegenüber dem Anderen und damit durch eine „Kälte“, durch einen Verlust an Gemeinschaftsgefühl geprägt. Daraus resultiert etwa ein mangelndes Vertrauen in die Gesellschaft und in Menschen; so werden häufig Fremde zunächst als potenzielle Betrüger, Diebe, Sozialschmarotzer, Mörder, religiös motivierte Sexualstraftäter usw. gesehen. In dieser Gesellschaft wird der Mensch immer einsamer; selbst moderne Zusammenkünfte und sog. Small-Talks sind in der Regel von Konkurrenzdenken und Kälte geprägt.<sup>522</sup>

Was Religionen seit jeher postulieren und in den Fokus rücken, das bestätigt die moderne Hirnforschung: Der Mensch ist auf Kooperation, auf Gemeinschaft und auf soziale Resonanz hin ausgerichtet.<sup>523</sup> Für den einsamen Menschen ist nichts größer als die Sehnsucht nach Liebe. Er sehnt sich nach Zuwendung, nach Angenommen-Werden, nach Geborgenheit, nach „tätiger Nächstenliebe“, die mit einer Bitte-Danke-Kultur beginnt und bis zu konkreten Liebesdiensten, d. h. zu Taten geht, die einer Empathie entspringen und die dem Wohl des Nächsten dienen.

Religiöse Zusammenkünfte vornehmlich in Gotteshäusern – in Synagogen, Kirchen, Moscheen etc. – stärken die Bande zwischen den Anwesenden, und das, obwohl diese Menschen in Bezug auf Alter, Ethnie, Beruf, Bildung, Vermögen usw. höchst unterschiedlich sind. Alters-, standes-, vermögensbedingte und andere Unterschiede lösen sich förmlich auf; der Gottesdienst hilft, Hochmut und Stolz zu überwinden. Bei den Feiern braucht man nicht die Furcht zu haben, z. B. wegen seines Standes herablassend behandelt zu werden.<sup>524</sup>

Ungeachtet ihrer weltlichen Statusmerkmale können Menschen so „glücklich werden“: Sie werden angenommen, wertgeschätzt, respektiert, erfahren Empathie, Wohlwollen und die Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft. Und weil das Leben des Menschen über weite Strecken

mit Schmerz und Leid zu tun hat, ist in Gotteshäusern viel von Armut, Krankheit, Tod, Versagen, Verlust und Trauer die Rede. Das verstärkt das Gefühl, einander zu brauchen, und regt dazu an, einander beizustehen.<sup>525</sup> Schon das Wort und noch viel mehr die Tat – der konkrete Liebesdienst – füreinander spenden Trost, geben Lebenskraft auch in sehr schweren Lebenssituationen und machen so den Weg zu glücklichen Momenten und zu Lebenssinn frei.

Bei der religiösen Zusammenkunft fällt auf, dass sie *erstens* an speziellen *Orten*, in speziellen Gebäuden oder Räumen stattfindet, deren Gestaltung und Ausstattung eine dem Alltag entlehnte Aura ausstrahlen und die vornehmlich ein transzendentes Erleben unterstützen sollen. *Zweitens* folgt das Zusammenkommen bestimmten *Regeln* zu seinem Ablauf und Inhalt. Und *drittens* war es ursprünglich und ist es zum Teil auch heute noch ein *gemeinsames Mahl*: Der Tisch ist reich gedeckt, so können etwa köstliche Speisen und herrliche Weine kredenzt werden, dazu wird – den Regeln folgend – geredet und gebetet. Werden Durst und Hunger gestillt, dann wird der Mensch offenbar bereit, anderen Menschen, der Welt und auch einer transzendenten Dimension seine Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Sorge zu schenken.<sup>526</sup> Die religiöse Zusammenkunft dient dadurch der „*Vermenschlichung des Menschen*“: Er bringt sich in eine Gemeinschaft ein – ohne Egoismus, Neid, Aggression, Hochmut, Schuldgefühle, Angst, Furcht etc.<sup>527</sup>

Religiöse Gemeinschaften pflegen in der Regel die *Versöhnung und die Vergebung*, die eine auch für die säkulare Welt wichtige reinigende Funktion haben,<sup>528</sup> und sie verwirklichen *Rituale* wie z. B. für die Aufnahme eines jungen Menschen als „vollwertiges“ Mitglied in die Gemeinschaft, für Hochzeiten oder für die Trauer nach einem Todesfall, aber auch für „ausgelassene Narrenfeste“, die ein Ventil für ein gerahmtes Über-die-Stränge-Schlagen des Menschen bieten.<sup>529</sup>

Eine moderne, säkularisierte Gesellschaft wird vielerorts mit einer libertären Weltanschauung, ja sogar mit einem „Laissez-faire“ verbunden. Einen „Paternalismus“, also eine Bevormundung durch eine Religion lehnt „der moderne Mensch“ ab. Zweifellos hat er heute kein Zuwenig an Freiheit, viel eher steht er häufig vor dem Problem, Orientierung und damit einen Kompass<sup>530</sup> im Leben zu haben, um diese Freiheit zu nutzen.<sup>531</sup>

Religionen wissen, dass nicht nur Mord und Raub, sondern auch rüdes, rücksichts- und sorgloses Verhalten, Neid und Missgunst, seelische Erniedrigungen usw. eine Gemeinschaft zerstören; auch kleine Gemeinheiten und Grausamkeiten wollen sie hintanhalten. Eine säkulare Ethik kann dies aufgreifen.<sup>532</sup> Religionen wissen ferner um die bipolare Disposition des Menschen, also darum, dass der Mensch „gute“ und „böse“ Seiten aufweise, dass er ein unvollkommenes, ja „sündiges“ – also zur „Sünde“, d. h. zu bösen Taten fähiges – Wesen sei, so dass sie kleine Schritte in Richtung Tugendhaftigkeit setzen wie z. B. Appelle oder „*Ermahnungen*“. Man kann fragen, ob der Mensch nicht die gelegentliche „Ermahnung“ auch dann braucht, wenn er nicht an einen Gott glaubt.<sup>533</sup> Muss nicht auch der säkularisierte Mensch hin und wieder daran erinnert werden, was etwa Humanismus, was Empathie und Gerechtigkeit etc. bedeuten oder dass er sich seiner Vernunft bedienen und damit seine eigenen moralischen Gebote weiterentwickeln möge oder dass er sich nicht aus der Gesellschaft in seine Privatsphäre zurückziehen, sondern am gesellschaftlichen Diskurs zur Etablierung von Normen aktiv teilnehmen soll, indem er den „Schleier des Nichtwissens“<sup>534</sup> überwirft und sich in einem Gedankenexperiment fragt, welche Normen so die Zustimmung aller finden könnten. Moderne Schlagworte wie Politikverdrossenheit drücken aus, dass die Bereitschaft,

am gesellschaftlichen Diskurs teilzunehmen, immer mehr schwindet. Eine gelegentliche „Ermahnung“ durch eine „moralische Autorität“ ist offenbar vonnöten.

Religionen bieten solche Denkanstöße und Ermahnungen, und weil sie wissen, dass das Gute im Menschen vor *Publikum* besser zum Durchbruch kommt, geschehen sie in der Regel bei Zusammenkünften; so wird etwa die Ehe vor der Gemeinschaft und mit Zeugen geschlossen, um dem Versprechen des umfassenden Beistands besonderes Gewicht zu verleihen. Es kann für den Menschen beruhigend wirken, in einer Gemeinschaft aufgehoben zu sein, die auch – in einem positiven Sinn – über einen wacht. Eine *gesunde soziale Kontrolle* ist der Einhaltung moralischer Vorgaben offenbar dienlich; und umgekehrt: Ihr Fehlen lässt die dunklen Seiten des Menschen verstärkt hervortreten.<sup>535</sup>

Orientierung und damit Trost und auch Wege zu Glück und Sinn bieten Religionen erstens über ihre öffentlich sichtbaren *Botschaften*, zweitens über *Vorbilder*, die jene Eigenschaften verkörpern, die im Menschen gefördert werden sollen, und drittens über *Kunst* wie z. B. Skulpturen, Bilder und Musik. Es ist gerade die Kunst, die in vielen Religionen eine erzieherische, ja auch therapeutische Aufgabe hat: Sie hält die wichtigsten Ideen vor Augen. Nicht-Glaubende wenden sich vielfach von religiöser Kunst, wie z. B. von Kirchenkunst, ab. Dabei übersehen sie, dass Kunst – nach *Georg Wilhelm Friedrich Hegel* (1770 bis 1831) – „das sinnliche Scheinen der Idee“ ist, Kunst ist also „die sinnliche Darstellung von Ideen“. So sagt religiöse Kunst, was der Glaubende verehren und lieben, wofür er dankbar sein, was er meiden, was er fürchten, was er anstreben usw. soll. Im säkularen Raum wird Kunst dagegen oft nur anhand von „Fakten“ präsentiert, unklar bleibt meist, wofür das Ganze gut sein soll.<sup>536</sup>

Eine wichtige Idee von Religionen betrifft Schmerz, Leid und Tod. So vermittelt der berühmte Bilderzyklus zum „*Kreuzweg*“ des *Jesus von Nazareth* Themen wie Verrat, Einsamkeit, Demütigung, Folter und Tod, und darin werden eigene Probleme des Menschen widergespiegelt. Die Bilder zeigen, dass der Mensch in seinem Leiden und Sterben nicht allein ist, und sie korrigieren die Vorstellung, selbst würde man am meisten leiden, denn da ist jemand, dessen Leiden über das eigene hinausreicht und der einen von seinem Leiden erlöst.<sup>537</sup> Bei ihrem Gott können sich Menschen aufgehoben wissen, bei ihm können sie sehr viele Sorgen und Unruhe ablegen.<sup>538</sup> Und all das tröstet.

Oder: *Bilder* zur Überwindung des Todes und zu einem jenseitigen Festmahl, zu einem Paradies und zu einem ewigen Leben sollen helfen, mit der Endlichkeit des irdischen Lebens und dem Tod nicht zu hadern oder gar daran zu zerbrechen. Sie bieten eine transzendente Perspektive, die irdisches Leiden in seiner Größe und in seiner Dauer relativiert und die jenseits der kalten, ungemütlichen und oft äußerst schmerzvollen irdischen Welt eine dauerhafte Geborgenheit verheißt. Mehr an *Trost* als durch solche Bilder kann der leidende und vom Tod bedrohte Mensch nicht finden. Und auf dem Boden dieses Trosts lichtet sich sein Blick, um *Glücksmomente* – mit den Augen und mit dem Herzen<sup>539</sup> – zu sehen und *Sinn* in Lebenssituationen, für sein Leben und vielleicht auch für das Weltganze zu finden.

Auch die profane Kunst einer säkularisierten Gesellschaft kann und soll Probleme im Leben des Menschen ansprechen. Ein „säkularer Kreuzweg“ kann Stationen „von der Krippe bis zum Kreuz“, also von der Wiege bis zum Tod, thematisieren und ausdrücken. So wie in der Religion kann auch diese Kunst den einzelnen Menschen „die Umkehr zum Guten“, also den Weg zum Humanismus, lehren und die Liebe zum Humanen fördern.<sup>540</sup> Eine Kunst, die The-

men des und Ideen zum Leben aufgreift, die in ihren Umsetzungen auch moralische Lektionen ausdrücken will, die sich der Erklärung von Kunstwerken nicht verschließen können; viele moderne Künstler enthalten sich allerdings eigener Interpretationen wie z. B. der schon angesprochene *Samuel Beckett* zu seinem Werk „*Warten auf Godot*“.<sup>541</sup> Der Wert von Kunstwerken würde durch eine Erklärung von Seiten des Künstlers allerdings nicht geschmälert werden.<sup>542</sup>

Kunst – sowohl sakrale als auch profane – kann dem Menschen beim Leben helfen. Sie thematisiert Stationen des Lebens, sie lässt den Menschen zu Selbst- und Welterkenntnis gelangen, sie motiviert ihn, über den Umgang mit sich selbst, mit anderen Menschen und Lebewesen, mit beruflichen und außerberuflichen Aufgaben, mit der nicht belebten Welt nachzudenken, indem sie auch Schmerz, Leid und Tod aufgreift kann sie Trost spenden, aus Phasen der Traurigkeit und Melancholie herausführen und Perspektiven für die unmittelbare Zukunft und das Leben insgesamt bieten. Kunst kann den Menschen darin unterstützen, gut und weise zu werden.<sup>543</sup>

Die moderne Welt ist u. a. durch einen Fortschrittsglauben in Bezug auf Technologie und Wissenschaft, auf Wirtschaft und auf eine Entwicklung zu einer demokratischen Weltgesellschaft gekennzeichnet. Der Optimismus der modernen Welt kann allerdings nicht über den Schmerz und das Leid des menschlichen Lebens hinwegtäuschen: Der Mensch kann am Leben auch leiden – durch unerfüllte Träume, durch Kummer, Angst und Furcht, Missgunst und Neid, Sorgen, Krankheit, Tod etc. Im Allgemeinen sind weltlich orientierte Menschen in ihrem diesseitigen Leben optimistischer als religiöse. Religionen wissen um die Begrenztheit und Polarität des irdischen Lebens: Sie verlagern die großen Hoffnungen auf ein Jenseits, zeigen die Relativität auch sehr großen irdischen Leids auf und helfen damit dem Menschen, auch mit größten Verwerfungen, Enttäuschungen, mit Leid und Tod zurande zu kommen.<sup>544</sup>

Der *Pessimismus von Religionen* zum Diesseits kann für Nicht-Glaubende hilfreich sein. Der *Optimismus „moderner Menschen“* führt vielerorts zu derart hohen Erwartungen und Ansprüchen an das Leben, dass sie realiter schnell zu Enttäuschung, Schmerz und Leid sowie zur Unfähigkeit der Freude und des Glücks führen. Eine – *aufgeklärt* – *pessimistische Weltsicht* bewahrt vor der säkularen Maxime, ständig glücklich zu sein: Die säkulare Annahme zu Partnerschaft und Ehe, zu Beruf und Freizeit etc. ist jene, dadurch vor allem glücklich zu werden und zu sein. Die Religionen lehren dagegen eingeschränkte Erwartungen, indem sie etwa postulieren, in der Ehe sollen zwei mündige Gemeindemitglieder unter göttlicher Führung für Kinder und für eine Erziehung und Sozialisation im Geiste Gottes sorgen; dass hierbei auch Konflikte, Streit und Langeweile auftreten können, sei nicht Zeichen eines Irrtums, sondern ganz normal. Große Sehnsüchte werden aus dem alltäglichen Leben der Familie, des Berufs etc. herausgelöst und dann langfristig und mit der Perspektive auf ein Jenseits kanalisiert; so werden auch Ernüchterungen, Enttäuschungen und all die Unwägbarkeiten des Lebens erträglich(er). Und vor allem werden derart religiöse und für das Diesseits eher pessimistische Menschen fähig, die kleinen Dinge des Lebens auszukosten.<sup>545</sup>

Zu wissen, dass im Leben des Menschen nichts und besonders das Angenehme und Schöne nicht selbstverständlich sind, dass alles auch ganz anders und vor allem (noch) schlechter sein könnte, das bewahrt vor vielen Enttäuschungen und macht dankbar. Die Kunst der *Bescheidenheit* und der *Dankbarkeit* kann die gottferne Welt von den Religionen lernen.<sup>546</sup> Mit ihr werden Menschen eher fähig sein,

- trotz Schmerz und Leid immer wieder *Glücksmomente* zu kreieren und zu genießen,
- Bedeutungszusammenhänge, also *Sinn in einzelnen Lebenssituationen* und vielleicht sogar
- einen *Sinn des Lebens* insgesamt und für das Weltganze zu entwickeln.

Zu einer Lebenskunst gehört auch, mit Verzweiflung und Hoffnung umgehen zu können. Religionen bieten z. B. eine „Klagemauer“ oder einen „Krug“ für Sorgen und Nöte. Nicht-Glaubenden fehlt vielfach das Ventil einer realen Klagemauer oder eines Kruges, in den sie Kärtchen mit ihren Anliegen an den „Einen Gott“, an die „Mutter Gottes“ u. a. einwerfen können. Für sie könnte etwa eine „elektronische Klagemauer“ installiert werden, eine Art Anzeigetafel, die von Missgeschicken, von Unglück, von enttäuschten Erwartungen, von Trauer, Schmerz und Leid, von Schwerkut und Depression von Menschen angesichts der Endlichkeit des Lebens erzählt. So erfährt der Mensch auch vom Negativen, vom Falschen im Leben anderer Menschen. Und das Wissen, nicht der einzige Mensch mit einem schweren Schicksal zu sein, das Wissen um das Falsche im Leben (anderer Menschen), das tröstet.<sup>547</sup>

Ein solcher *Trost* befreit den Menschen aus der Umklammerung durch das Falsche. Er macht es zumindest erträglich und gibt Hoffnung, indem er Spuren und Wege zu Glück und vielleicht auch zu Sinn weist, beide wollen aktiv entwickelt werden.

## Mangel und Lebenskunst

**D**er Mensch als *Mangelwesen* kann *erstens* auf sein ökonomisches Tun gerichtet sein: Die Ökonomie, oder besser: die „Ökonomik“, als die Wissenschaft von der Wirtschaft lehrt das (zweck-)rationale Handeln in Mangelsituationen. *Zweitens* kann die Rede vom Mangel auf den Menschen selbst und damit auf seine – vermeintliche (?) – Mangelidentität gerichtet sein.

Der „Mangel“, oder besser: die „Knappheit“, ist ein zentraler Punkt in den modernen Wirtschaftswissenschaften. Es sind „knappe Güter“, mit denen sie sich beschäftigen, bei ihnen liegt ein Spannungsverhältnis zwischen verfügbarer und nachgefragter Menge vor und Marktpreise drücken diese Knappheit aus, d. h. für *knappe* Güter ist ein Preis zu zahlen, nur *freie* Güter stehen kostenlos zur Verfügung. Die Wirtschaftswissenschaften lehren, knappe Güter bestmöglich, d. h. nutzenmaximal, einzusetzen, also die Verschwendung knapper Güter zu vermeiden. „Wirtschaften“ ist demnach das Haushalten mit knappen Gütern, ohne diese Knappheit gäbe es keine Notwendigkeit, sich mit der optimalen Verwendung zu beschäftigen. Wirtschaften bedeutet demnach, nach der besten Verwendung knapper Ressourcen systematisch zu suchen und die optimale Allokation umzusetzen.

Da nahezu alle (unverarbeiteten und verarbeiteten) Güter knapp sind, kommt man um die Auseinandersetzung mit dieser Art von Mangel in der Welt nicht umhin. Nur in einem Schlafraffenland würden alle Güter frei verfügbar und damit nicht knapp sein. Diese Art von Mangel ist der Welt immanent; und die bewusste Verwendung (also das Haushalten oder Wirtschaften) mit den knappen Gütern ebenso. Insofern ist der Mangel mit dieser Welt untrennbar verbunden und es sind nicht die modernen Wirtschaftswissenschaften, die das Mangeldenken in die Welt brachten.

Der *Mensch als Mangelidentität* betrifft das Bild vom Menschen: Die Endlichkeit (auch) jedes menschlichen Lebens, das Grauen von Sterben und Krankheiten, von Schmerz und Leid, der große Abstand zwischen der realen und der idealen Ausprägung der Existenz, (schwere) Enttäuschungen im zwischenmenschlichen Umgang usw. usf., all das kann den Menschen armelig, äußerst bedürftig und wertlos, eben als Wesen mit einer Mangelidentität erscheinen lassen.<sup>548</sup> Hinzu kommt ein – vielleicht in die menschliche Natur hineingelegtes – grundsätzlich *unersättliches Begehren* nach Besitz, nach Macht und/oder nach Ansehen, das zu einem Leben aus dem Vergleich, zu Rücksichtslosigkeit und Hochmut, zur Überzeugung der Unterlegenheit und zu einer lebensbestimmenden und -bedrohenden Unzufriedenheit, zu depressiven Verstimmungen und zu Depression, zu Handlungen mit Nachteilen für Andere (von Diebstahl bis Mord) und gar zum Selbstausstieg aus dem Leben (ver-)führen kann.

Die *äußere* Unvollkommenheit wäre schon genug des Falschen, doch zu ihr vermag sich eine *innere Armut* zu gesellen, eine Armut, die den Menschen blind werden lässt für seinen Mitmenschen, für andere Lebewesen, für die unbelebte Umwelt und vielleicht auch für eine transzendente Verbundenheit, die über das Irdische hinausreicht. Dass der Mensch – im Sinne von *Immanuel Kant* – ein Zweck an sich ist und niemals nur als Instrument gesehen werden darf, dass der Mensch also Würde aufgrund seines Mensch-Seins und nicht erst aufgrund bestimmter Fähigkeiten und Leistungen besitzt, diese Würde im Umgang mit sich selbst und mit Anderen erkennt der innerlich arme Mensch nicht (mehr): Der unmittelbare Mitmensch und „Fremde“ wird gleichgültig gesehen, für eigene Zwecke instrumentalisiert, als Konkurrent eingestuft, unter Umständen gar zum Sündenbock für eigene missliche Umstände gemacht und mit Neid und Hass überschüttet.<sup>549</sup>

Die innere Armut des Menschen zeigt eindrucksvoll das Theaterstück *„Le Malentendu (Das Missverständnis)“* von *Albert Camus*: Zwei Mangelwesen, Mutter und Tochter, beide unglücklich ob ihrer Situation in einer einsamen Gegend, sie führen ein kleines Hotel, das Geld reicht nicht aus und sie streben nach einem neuen Leben am Meer. Um das Geld hierfür aufzubringen, beschließen sie, vermögende Gäste des Hotels im Schlaf mit einem Trunk zu ermorden, sie zu berauben und in den nahen Fluss zu werfen. Sie philosophieren über Verbrechen und über Mord, sie streichen ihre Humanität im Töten hervor – die Opfer würden nicht leiden – und ihre Conclusio lautet, dieser Tod wäre weniger grausam als die Natur es ist.

Eines Tages kommt ein reicher Gast, der der letzte zum Töten sein soll, doch dieser ist ihr (lange Zeit verschollener) Sohn und Bruder, sie erkennen ihn aber nicht. Er gibt sich nicht zu erkennen, um die Situation zu erkunden und damit später die Überraschung umso größer ist, er will ihnen (zunächst) mit seinem Aufenthalt helfen. Doch zu seinem Bedauern nimmt er eine Atmosphäre der zwischenmenschlichen Kälte und Entfremdung wahr, so dass er beschließt, am nächsten Tag abzureisen. Aber das ist zu spät: Die Mutter, sie sieht schon schlecht und weiß aus Erfahrung, dass das Töten von einem unbekanntem Menschen leichter falle. In der Nacht schreiten Mutter und Tochter zur Tat, als sie ihren Sohn und Bruder und damit die absurde Wahrheit schließlich erkennen, ist sein Schicksal längst besiegelt; voller Verzweiflung bringen sie sich selbst um.

*„Der Mensch ist immer das Opfer seiner Wahrheiten“*, das schreibt *Albert Camus* in seinem Werk *„Der Mythos des Sisyphos“*. Im *„Missverständnis“* werden Mutter und Tochter Opfer ihrer Wahrheit, der Mord (ohne Leiden) wäre ohnehin humaner als der in die Natur hinein-

gelegte Tod. Das Nichterkennen des Sohnes, des Bruders, die Gleichgültigkeit, die völlige Instrumentalisierung des Mitmenschen, sie spiegeln *die innere Armut* von Menschen wider.

Das effektivste Gegenmittel zur inneren Armut heißt *Vertrauen* in sich selbst und zwischen Menschen, heißt Beziehungen zum Ich und zum Du in *Achtsamkeit und Sorge* aufzubauen und zu pflegen. Selbstvertrauen und Vertrauen sind wie Geschwister, die einander wechselseitig unterstützen.<sup>550</sup> In der Kindheit tragen entscheidend die Eltern zu Selbstvertrauen und Vertrauen bei, indem sie ihr Kind um seiner selbst willen lieben und nicht wegen irgendeiner Verhaltensweise oder Leistung.<sup>551</sup>

Je älter der heranwachsende Mensch wird, umso bedeutender ist der eigene Beitrag zu Selbstvertrauen und Vertrauen. *Selbstannahme* steht für ein Ja zu sich selbst, zu seinen physischen und psychischen Voraussetzungen, zum Lebensumfeld, sie lässt die Frage entstehen, was man an sich selbst mag und schätzt und sie lässt auch eine Annäherung an Fehler und Schwächen zu. Die bewusste Entwicklung von Glücksmomenten aus der Hinwendung auf ein Du oder ein Etwas lässt Selbstvertrauen fühlen. Eine solche Selbstannahme verhindert einen inneren Krieg, sie lässt Frieden, lässt *Schalom mit sich selbst* entstehen.

Vertrauen in andere Menschen kann vornehmlich durch Beziehungen zu solchen Menschen wachsen, die sich als „vertrauenswürdig“ erweisen. Wird Vertrauen aber enttäuscht, so reagiert der Mensch mit einem Kontrollbedürfnis, d. h. er wird „auf der Hut sein“. Weitere Enttäuschungen lassen die Kontrollversuche anwachsen. „Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser“, meint der Volksmund, die Weisen drehen die Aussage aber um: „*Kontrolle ist gut, Vertrauen ist besser*“.<sup>552</sup>

Das menschliche Leben ist wie ein „See von Bedingungen“<sup>553</sup>, der nicht in den Griff zu bekommen ist. Bei jeder Erfahrung in Lebenssituationen spielen unendlich viele Faktoren mit, die sich laufend verändern und zum Teil kaum oder nicht vorhersagbar sind. Vertrauen gibt dem Menschen die Kraft, mit dem Umstand fertig zu werden, dass das Leben (das eigene und jenes mit anderen Menschen und der Umwelt) nie gänzlich in den Griff zu bekommen ist.<sup>554</sup> Nur wenn man ein tiefes Vertrauen entwickelt, hält man die Erkenntnis zum Nicht-völlig-Beherrschen des Lebens, zum Ausgeliefert-Sein, zur Kontingenz des Lebens aus.

Vertrauen kann ein „kindlich-gläubiges“, ein „vernünftiges“ und ein „unerschütterliches“ sein. Sein Aufbau und seine Pflege haben vornehmlich mit Selbst-Denken zu tun: Nur das *Nachdenken* kann Schutz vor einer naiven Vertrauensseligkeit und vor einem Kontrollzwang bieten; es ermöglicht ein inneres Bild der Stimmigkeit und die Gratwanderung zwischen Vertrauen und Kontrolle, zwischen Hingabe und Grenzen. *Hingabe* zu Menschen und auch zu Aufgaben u. a. kann zu einem „Flow“, zu Glücksmomenten und Zufriedenheit führen. *Grenzen* stehen zum einen für ein Sich-Abgrenzen, das den Weg zur Entfaltung des eigenen Potenzials ebnet, und zum anderen für die Anerkennung von eigenen Grenzen und Begrenztheiten und von jenen der anderen Menschen.<sup>555</sup>



## Kein objektiver Sinn – das freie Leben

„**S**inn finden“ – oder besser: für sich einen „Sinn entwickeln“ – heißt nichts anderes als „Wert im Dasein finden“, und zwar trotz aller Widrigkeiten und Widersprüchlichkeiten. Vornehmlich die zeitliche Begrenztheit des Lebens macht es einzigartig und kostbar; sowohl in einzelnen Lebenssituationen als auch für das Leben insgesamt Sinn zu finden, bedeutet, nach Perspektiven im Leben, also nach „etwas“ zu suchen, *wofür es sich zu leben lohnt*. Die Entwicklung von Sinn lässt einen Menschen Ja zum Leben sagen.

Die *Frage* nach dem Sinn und der grundsätzliche *Wille* zum Sinn sind in den Menschen hineingelegt. Leider, zumindest mag das die Einschätzung vieler Menschen sein, sind weder der Sinn im Leben, also in einzelnen Lebenssituationen, noch ein Sinn des Lebens (im Sinne einer Gesamteinschätzung) vorgegeben. Ohne Zweifel kann man einwenden, einen *objektiven Sinn*, also einen Sinn, der dem Menschen von außen „bereitgestellt“ wird, würden vor allem biologische, aber auch philosophische und religiöse Ansätze bieten:

Durch eine *biologische* Brille betrachtet könnte man meinen, die Erhaltung des Lebens wäre ein objektiver Sinn eines jeden Lebewesens; auch der Mensch soll so lange existieren, wie er sich fortzupflanzen imstande ist. Mehr gäbe das – auch das menschliche – Leben einfach nicht her. Der Mensch sei einfach da, Punkt. Dass der Mensch etwas Besonderes, dass er also nicht nur ein kleines Rädchen in der großen Biomachine sein will und nach einem irgendwie höheren Sinn des Lebens krampfhaft Ausschau hält, das sei seiner Eitelkeit geschuldet. Die Frage nach einem über die biologische Funktion hinausgehenden Sinn sei ein Luxusproblem des eitelsten Lebewesens „Mensch“.<sup>556</sup>

Gegen die Idee, für Menschen – und für alle Tiere gleichermaßen – den objektiven Sinn im Fortbestand, im Erhalt der Art zu erachten, sprechen allerdings zwei gewichtige Argumente: *Erstens* läge ein sinnloses Leben dann vor, wenn sein Inhalt nicht auf die weitere Existenz der Art gerichtet ist: Ein kinderloses Leben wäre ebenso sinnlos wie ein Leben mit einem Beruf, ohne den die Menschheit nicht unterginge, was wohl auf die größte Zahl der Erwerbsarbeiten zutreffen wird. *Zweitens*: Im Gegensatz zu allen anderen Lebewesen ist der heutige Mensch nicht mehr dem Konkurrenzkampf der Evolution ausgesetzt, denn der Mensch hat gewonnen. Der Beitrag des einzelnen Menschen zum Fortbestand der Art ist unwichtig geworden, ausrotten kann sich der Mensch als Art nur noch selbst, sei es durch Atomwaffen, durch Umweltverschmutzung usw.<sup>557</sup>

*Philosophische* Ansätze für einen objektiven Sinn könnten im Streben nach Tugend, ebenso im Streben nach Lust oder nach Macht gesehen werden. So vertraten antike Philosophen die Ansicht, auch das menschliche Leben strebe einem „telos“, einem bestimmten Zweck, einer finalen Bestimmung zu und diese Weltordnung könne die „eudaimonia“, ein Zustand der Glückseligkeit, so etwas wie ein „gutes Leben“ sein. Den Weg in diesen Zustand und damit zum Sinn biete eine an Tugenden orientierte Lebenskunst; Prinzipien einer solchen Lebenskunst führen zur Ethik, zur philosophischen Reflexion über die Frage „was tun?“. Ein zentrales Element für Sinn in der Art eines anhaltenden Zustands der Glückseligkeit – etwa bei *Aristoteles* (384 bis 322 v.Chr./v.d.Z.) oder *Epikur von Samos* (341 bis 271 v.Chr./v.d.Z.) – ist, Begierden zu beherrschen, Exzesse zu verachten und maßvoll zu leben.<sup>558</sup>

Weitergehend können Begierden den Menschen unfrei machen. Für ein „gutes Leben“ müsse sich der Mensch von Leidenschaften und Wünschen *befreien* und einen Zustand des Gleichmuts, eine „stoische Ruhe“ erreichen. Die „Stoiker“ – *Zenon von Kition* (333 bis 261 v.Chr./v.d.Z.) und seine Schüler – entwickelten Übungen, um Selbstbeherrschung, Wachsamkeit und Urteilskraft zu schulen.<sup>559</sup>

Auch der berühmte Aufruf „*Carpe diem*“ („*Pflücke den Tag*“), eine Order des römischen Dichters *Horaz* um 23 v.Chr./v.d.Z., der das Denken im Abendland stark prägt(e), darf nicht als Aufforderung zum hemmungslosen Genuss, zu einem hedonistischen Leben verstanden werden. Vielmehr ruft er zu einer sinnvollen Nutzung der begrenzten und wertvollen Lebenszeit auf.<sup>560</sup>

*Religiöse* Ansätze für einen objektiven Sinn könnten z. B. auf den irdischen Dienst für den Einen Gott in Gestalt von Taten für den Nächsten und von Opfern für die Gottheit sowie auf die möglichst gute Vorbereitung auf ein ewiges Leben jenseits von Raum und Zeit fokussieren. Dieser Sinn ist auf das Jenseits hin orientiert, wo eine höhere Form des Seins erwartet wird. Welche Taten der Einzelne setzen soll, um diese Perspektive zu entfalten, liegt an den Quellen und Hütern der jeweiligen Religion.<sup>561</sup>

Ein objektiver Sinn ist ein im Leben *Müssen*, etwas, das dem Menschen immanent oder oktroyiert ist. Doch der Mensch ist frei, zwar nicht grenzenlos, aber immerhin sehr viel freier als jedes andere Lebewesen, und so frei, über seine Lebensgestaltung weitestgehend selbst entscheiden zu können. Dass etwa das Eichhörnchen Vorräte für den Winter sammelt, ist biologisches Programm und nicht in seiner Entscheidungsfreiheit. Die Idee, der Mensch müsse dieses oder jenes tun oder sich da und dort engagieren, also einem objektiven Sinn gemäß leben, widerspricht der *menschlichen Freiheit*. Egal, ob dahinter die Evolution oder ein göttlicher Wille steht und der Mensch Gottes Ebenbild – *Imago Dei* – ist, die Freiheit macht den Menschen zu etwas Herausragendem.<sup>562</sup>

Mit der philosophischen Schule der *Aufklärung* rückte die menschliche Vernunft in den Mittelpunkt: Nicht mehr Vorgaben von Philosophen, Königen oder Priestern sollten den Lebensvollzug des Einzelnen bestimmen, vielmehr möge jeder Mensch seine Vernunft einsetzen und sich durch sie im Leben leiten lassen. Sinn soll der Mensch nicht mehr von höheren Instanzen entgegennehmen, sondern kraft seines Vermögens zur Reflexion in Freiheit selbst entwickeln.<sup>563</sup>

*Immanuel Kant* und andere Philosophen meinten, kraft seiner Vernunft könne der Mensch über Sinneserfahrungen hinaus allgemeingültige Wahrheiten, universelle Prinzipien erkennen. Der „*Kategorische Imperativ 1*“ – „Handle so, dass die *Maxime* deines Willens jederzeit zugleich als Prinzip einer allgemeinen Gesetzgebung gelten könne“ – führt zu verallgemeinerbaren Handlungsmaximen, also zu einem guten und richtigen Verhalten, zu einem selbstgesetzten Sittengesetz. Der Fokus dieser Denker lag zwar nicht auf Sinnfragen, dieses von großen Idealen getragene und der menschlichen Vernunft entstammende Sittengesetz eröffnet allerdings neue Wege zu einem sinnerfüllten Leben.<sup>564</sup>

Am eigenen Leib erfuhr *Immanuel Kant*, wie *Instanzen der Politik* in der Verfolgung „höherer“ Interessen unterdrücken, foltern, Kriege führen und Tausende einfach abschlachten und wie *Instanzen der Religion* kraft „höherer“ Einsicht Menschen ihrer Freiheit berauben und sie

unterjochen. Dass solche Instanzen bestehen, muss noch nicht den Missbrauch dieser Autorität und Macht bedeuten, die Verführung von Machträgern zum Missbrauch von Macht, noch dazu, wenn diese durch „Höheres“ vermeintlich legitimiert ist, ist allerdings eine sehr große. Sein Handeln vor allem *gegen* andere Menschen mit höheren Interessen und höherer Einsicht zu rechtfertigen, qualifiziert *Kant* – in seiner „Kritik der reinen Vernunft“ aus 1781 – als „Verrücktheit“, als „Krankheit des Kopfes“, er kenne „kein gefährlicheres Blendwerk“. Den größten – und vielleicht einzigen – Nutzen einer *Philosophie der reinen Vernunft* sah er nicht in einer positiven Wirkung, nicht in einem Organon, in einer Erweiterung, sondern in einer negativen Kraft, indem sie zur Grenzbestimmung dient und vornehmlich „das stille Verdienst hat, Irrtümer zu verhüten“, indem sie also *Abwehrkräfte* entfaltet und *Abwehrrechte*, wie sie die modernen Menschenrechte in erster Linie sind, zugrunde legt.

Es ist die menschliche Vernunft, die Urteilskraft, Verstand und Gefühl zusammenfasst, die das wichtigste Mittel der geistigen Reflexion und eine Art eigene moralische Instanz eines jeden Menschen ist – oder zumindest sein kann. Die Vernunft versucht, gute – man könnte auch sagen: „sinnvolle“ – Ziele zu erreichen, also das Richtige im Sinne verallgemeinerbarer Handlungsmaximen zu tun. Es ist dann der Verstand, der versucht, diese durch die Vernunft entwickelten Ziele möglichst gut zu erreichen. Das Verhältnis zwischen Vernunft und Verstand ist wie jenes zwischen Effektivität und Effizienz in der Ökonomie: Der erste Terminus stellt die Frage „Was ist das richtige Tun?“ und der zweite „Wie tut man etwas richtig?“; die Antwort auf die erste Frage ist die Grundlage für die zweite.

*Kant* legt seinen Fokus nicht auf einen „Sinn“, doch sein Denken – und ebenso jenes anderer Aufklärer – zeigt: *Mächtige Instanzen* der Politik und Religion beschneiden häufig, wenn auch nicht generell, die *Freiheit* des Menschen und versuchen, Menschen zu instrumentalisieren und ihnen einen *objektiven Sinn* ihres Daseins *aufzuzwingen*. Das vernunftbasierte Denken soll zeigen, dass der moderne Mensch sich nicht in den Dienst von etwas Höherem zu stellen braucht – egal, ob freiwillig aufgrund einer Verblendung oder durch Instanzenträger gezwungen. Die Verbindlichkeiten im Leben findet der Mensch kraft seiner eigenen Vernunft, hierzu braucht er niemanden, der für ihn darüber entscheidet, was richtig und für ihn gut ist. Kurzum: Kraft seiner Vernunft ist der *Mensch zur Freiheit befreit*. Interessant erscheint, dass von dieser Befreiung des Menschen schon in der Bibel mehrmals die Rede ist; so schreibt z. B. *Paulus* in seinem Brief an die *Galater*, der Mensch sei „zur Freiheit befreit“, „bleibt daher fest und lasst euch nicht von neuem das Joch der Knechtschaft auferlegen“ (Gal 5,1).

Das Joch eines vermeintlich „objektiven Sinns“ des Lebens, der als Muss von außen auf einen Menschen hierniederfällt, ist abzuwerfen. Mit dieser Befreiung führt sich der Mensch „aus seiner selbst verschuldeten Unmündigkeit“ heraus, wie *Kant* seinen Aufsatz „Beantwortung der Frage: Was ist Aufklärung“ 1783 einleitet. Es sind das Unvermögen, die Faulheit und die Feigheit des Menschen, sich seiner Vernunft und seines Verstandes ohne die Anleitung durch Andere – vor allem durch Instanzenträger mit einer Berufung auf Höheres – zu bedienen, die ihn unmündig machen und seiner Freiheit berauben. Der einzelne Mensch selbst hat die *Befreiung aus den Zwängen eines oktroyierten objektiven Sinns* selbst in der Hand; zur Hilfe gereicht ihm hierbei eine funktionierende freie Diskurs-Gesellschaft.

Ein *Diskurs* lebt vom Mut, sich seiner Vernunft und seines Verstandes zu bedienen, um einen einschlägigen Appell von *Immanuel Kant* aufzugreifen. Dieser Mut bedeutet, zu reflektieren

und kritische Fragen zu stellen, und zwar an das System, an Autoritäten, an andere Menschen und an sich selbst. In einem Diskurs sind „sokratische Störenfriede“ erwünscht, die die Kunst der Reflexion, der Differenzierung und des Dialogs beherrschen; sokratische Störenfriede hinterfragen und befreien.<sup>565</sup>

Die Befreiung von einem objektiven Sinn ist eine vernunftbasierte Selbstbefreiung. Sie öffnet den Weg zu einem selbstbestimmten, zu einem *subjektiven Sinn*, und das im Bewusstsein, als einzelner Mensch in einer spezifischen Art und Weise mit anderen Menschen, mit nicht-menschlichem Leben und mit der Welt verbunden zu sein.

*Immanuel Kant* geht es um die Souveränität des Menschen auch über seinen subjektiven Lebenssinn, um die tägliche Selbsterschaffung des Ich. Dabei erschafft sich der einzelne Mensch nicht durch einen kalten Egoismus, vielmehr kann er mit Vernunft und Verstand eine dem kategorischen Imperativ entsprechende Ethik entwickeln und leben, und diese wird zu Solidarität, zu einer Gemeinschaft, zu einer Hinwendung auf das Du und mithin ebenso auf das Ich und auf die Welt führen. Das Leben auf dieser Welt ist kein Nullsummenspiel zwischen den Menschen, bei dem der Gewinn des einen der Verlust eines anderen ist. Vernunft und Verstand führen zur Hinwendung auf die Welt und zu einer solidarischen Gemeinschaft, die eine Win-win-Situation darstellt. Eigenes vernunftorientiertes Tun zielt auf das Schöne im eigenen Leben, das ist nun aber nicht mehr Einbuße bei anderen Menschen, sondern kann auch deren Leben verschönern. Ja vielfach gelangt der Mensch erst über das durch sein Tun bei anderen Menschen entstehende Schöne zum Schönen im eigenen Leben, kann man mit Blick auf *Viktor E. Frankl* sagen.

## Kein objektiver Sinn: das absurde Leben und der revoltierende Mensch

**M**it der autonomen Reflexion über das Leben kam in der Philosophiegeschichte der Gedanke auf, das Leben sei ohne Sinn, also sinnlos. Den philosophischen Pessimismus leitete *Arthur Schopenhauer* ein: Der Welt liege kein guter Geist, sondern ein nur große Leiden auslösender unstillbarer Wille zugrunde, alles Leben sei Schmerz, der im besten Fall durch die aktive und passive Beschäftigung mit Kunst – mit Malerei, Musik, Bildhauerei, Literatur etc. – unterbrochen werden kann. „Als Zweck unseres Daseins ist in der Tat nichts anderes anzugeben als die Erkenntnis, dass wir besser nicht da wären“, formulierte er. Lebenskunst bestünde darin, alles Streben aufzugeben und angesichts des allgegenwärtigen Schmerzes, einschließlich des Todes als dem ultimativen Schmerz, Mitgefühl zu entwickeln.<sup>566</sup>

*Schopenhauer* sieht das Leben als „*Betrug, im Kleinen wie im Großen*“, als eine fortwährende Täuschung und Enttäuschung, als ein Geschäft, das seine Kosten nicht decke. Da alles im Leben vergänglich ist, sei es letztlich nichtig und der Tod die Quittung des Irrwegs Leben.

- Genuss, Freude, Glück, Gesundheit, die Jugend, die Freiheit, all das unterliege der „*Negativität der Befriedigung*“, d. h. all das würde der Mensch erst dann fühlen, wenn es wegfällt.
- Sorgen, Furcht, Hunger, Durst etc. unterlägen dagegen der „*Positivität des Schmerzes*“, d. h. sie würde der Mensch aktiv fühlen.

Das Dasein des Menschen wäre dann am glücklichsten, wenn er möglichst wenig fühlt; *Schopenhauer* erinnert an *Voltaire*, der meinte, Glück wäre nur ein Traum, wirklich sei dagegen der Schmerz. Obendrein vergleicht *Schopenhauer* die Summe der möglichen Freuden mit der Summe der möglichen Leiden im Leben und glaubt, die Bilanz zeige einen klaren Leidensüberschuss. Folglich wäre es besser, das Leben erst gar nicht zu haben.<sup>567</sup>

Doch, so wollen wir angesichts der hier schon gemachten Überlegungen anmerken, dank der Vernunft kann der Mensch Glücksmomente bewusst (!) wahrnehmen und erleben und sie so der „Negativität der Befriedigung“ im Sinne *Schopenhauers* entreißen. Der Mensch kann mit „neuen Augen“ auf die Welt blicken und durch sie gehen, und zwar in der Art, dass die Möglichkeiten und Wege zu Freude, Glück, Zufriedenheit usw. aktiv erfahrbar werden.

Nach *Schopenhauer* trage das Leben „die Spur der Hölle“. „Angst und Todesmarter“ einzelner Menschen könnten auch durch das Glück und die Wonne Tausender nicht aufgewogen werden, das Leid in der Welt müsse jeden verzweifeln lassen, vor allem auch deshalb, weil die Hauptquelle des Übels in der Welt der Mensch selbst sei. Ist der Eine der Teufel des Anderen, ist der Mensch dem Anderen ein Wolf, so könne dies nur zu einer ungerechten, harten, ja grausamen Welt führen. In einer solchen wäre der glücklichste Moment jener des Einschlafens, der unglücklichste jener des Erwachens. Das Nicht-Sein wäre dem Sein vorzuziehen, das Leben des Menschen sei schlichtweg falsch.<sup>568</sup>

Was kann der Mensch angesichts der *Absurdität des Lebens*, in dem er auf der „Spur der Hölle“<sup>569</sup> wandelt, tun? Im Sinne *Schopenhauers* gilt wohl:<sup>570</sup>

- Das schmerzvolle Leben (von der Grausamkeit im Alltag über körperliche Schmerzen bis zum Genozid) kann man nur deshalb ertragen, weil es irgendwann zu Ende sein wird, weil es dank des Todes nicht ewig dauert.
- In diesem schmerzvollen Leben verharret der Mensch nur deshalb, weil der Tod im Allgemeinen noch viel grausamer ist.

Der Mensch, so kann man folgern, sei zum Leben verurteilt und es gelte daher, *trotzdem das Leben zu leben*, ihm also trotz aller Absurdität und trotz des – zum Teil unabwendbaren – großen Leids schöne Seiten, also *Glücksmomente* und vielleicht sogar einen *subjektiven Sinn* abzugewinnen.

Spuren aus dem Leid und der Nichtigkeit des Lebens zeichnet *Schopenhauer* vor: „Böse“ nennt er einen menschlichen Charakter dann, wenn er gekennzeichnet ist:

- durch *Egoismus*, der andere verletzt, wenn es einem nützt, sowie
- durch *Gleichgültigkeit* und sogar *Bosheit* gegenüber dem Nächsten, Letztere sieht im Schmerz und Leid den Zweck des Handelns, sie sucht den fremden Schaden.

Eine zentrale Quelle des Leids sei der Wille des Einzelnen zu einem egoistischen und gleichgültigen Leben; das Wollen kann zum Übel bei anderen Menschen – und vor allem im Fall der Unerfülltheit auch bei sich selbst – führen. Die Überwindung eines solchen Wollens sei der Schlüssel dafür, im Leben – in heutiger Sprache – Glück und subjektiven Sinn zu entdecken. „Gut“ ist demnach z. B. keine „Pflicht“ im Sinne einer kraft Vernunft gebotenen Handlung, „gut“ ist also nicht, wenn man im Sinne einer – vielleicht abgehoben erscheinenden – „Pflichtenethik“ (nach *Immanuel Kant*) handelt, sondern wenn man die Ich-Konzentriertheit aufgibt und keinen Unterschied zwischen dem Du und dem Ich macht, wenn man fremdes Leiden wie eigenes verspürt und dies zu Handlungen der Menschlichkeit aus Mitgefühl und

Mitleid anregt. Eine solche „*Ethik des Mitleids*“ ist getragen von *Gerechtigkeit*, d. h. „verletze niemanden“, und von *Menschenliebe*, d. h. „hilf allen, soviel zu kannst“. <sup>571</sup> „Mitleid“ steht für das „fremde Wohl“: Des Anderen Wohl wollen, des Anderen Wehe nicht wollen, das heißt „Mitleiden“. <sup>572</sup>

Bei jeder Begegnung mit Menschen sagen können, „*der Andere bist du*“, das ist *Schopenhauers* ethische Maxime, also die Loslösung, die Erlösung vom eigenen Willen und die Entwicklung von „*Liebe*“ im Sinne von Wohlwollen, Fürsorge, Sorge etc. für das leidende Du; „*alle Liebe ist Mitleid*“, nur eine solche Liebe könne das Leiden lindern und das Wohl fördern <sup>573</sup> und, so könnte man hinzufügen, eine solche Liebe, die das Wohl des Anderen fördern will, die Liebesdienste für den Nächsten leistet, hält den einen oder anderen Glücksmoment, also positive Sinneserfahrungen, Gefühle und vielleicht sogar Zufriedenheit und Sinn bereit.

*Schopenhauer* wird da und dort als „Katzenjammer-Philosoph“ gesehen. Er arbeitet drei Grund-Triebfedern des Menschen heraus: *Egoismus*, der nur das eigene Wohl sieht, *Bosheit*, die das fremde Wehe will, und *Mitleid* im Sinne von *Wohlwollen, Achtsamkeit und Sorge*. <sup>574</sup> Die wohlwollende Zuwendung auf andere Menschen führe zu den „Tugenden“, also zu den Haltungen der Gerechtigkeit und der Menschenliebe. <sup>575</sup>

So verstandenes „Mitleid hebt die Mauer zwischen Du und Ich auf“ <sup>576</sup>, es verspricht mit ihrer Fokussierung auf das Wohl des Anderen, heute würde man sagen: das aktuelle und künftige Wohl anderer Menschen, Lebewesen und der Welt, einen vielversprechenden Weg, den etwa die moderne Logotherapie mit der Hinwendung auf das Du in Achtsamkeit und Sorge geht. Eine solche Haltung den Menschen, den anderen Lebewesen und der Welt gegenüber kommt aus der „Güte des Herzens“, und eine solche geht wohl tiefer als jeder Vernunftakt. <sup>577</sup> Hinzufügen könnte man aus dem *Kleinen Prinzen*: „Man sieht nur mit dem Herzen gut, denn das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar“ <sup>578</sup>, wengleich die obige Haltung betont, über das Herz *mit Tatkraft* auf die Sorgen des Anderen und der Welt zu blicken.

Radikale Worte fand *Friedrich Nietzsche*, indem er alle von Menschen geschaffenen Werte für bedeutungs- und nutzlos bezeichnete und in jedem Glauben an eine höhere Macht eine Illusion der Schwachen erblickte, um damit ihrem Leben Bedeutung zu geben. Der Mensch sei von Sinn zu befreien, den ihm Andere (!) geben. Der von Religion und Moral befreite Mensch mag zunächst vor einer Leere stehen, doch der befreite Mensch könne sich selbst überwinden, sich zu einem „Übermenschen“ fortentwickeln und für sich selbst neue Werte schaffen – also ein persönliches Warum, einen subjektiven Sinn entwickeln; wer ein Warum zu leben hat, ertrage fast jedes Wie. <sup>579</sup>

Eine Reihe weiterer Philosophen stellte sich *gegen einen objektiven Sinn*. *Sören Kierkegaard* lehnte dem Menschen von außen vorgegebene Wahrheiten und Unterscheidungen von „gut und böse“ ab. Der davon befreite Mensch sei auf seine eigene Existenz zurückgeworfen, er allein hat die Gestaltung seines Lebens in der Hand. Angesichts eines nicht vorhandenen objektiven Sinns hat der Mensch die Wahl: Erstens kann er ein sinnentleertes Dasein fristen, seinen Begierden frönen und dadurch kurzfristige Wohlfühlmomente erreichen, allerdings bleibt er in seinem Zustand der Verzweiflung gefangen. Zweitens kann er Verantwortung für sein Leben übernehmen und es so für sich selbst zu einer höheren Form führen, ggf. sogar mit einer transzendenten Anbindung. Die Freiheit, also im und für sein Leben selbst zu wäh-

len bzw. wählen zu müssen, erfülle den Menschen mit einer elementaren Angst, die typisch für ihn sei.<sup>580</sup>

*Jean-Paul Sartre* (1905 bis 1980) sah den Menschen auf sich selbst gestellt: Weder eine höhere Instanz wie Gott noch die Natur selbst würden dem Menschen ein Warum, einen Sinn im und des Lebens bieten können. Die Natur hat keine Bedeutung, sie ist einfach da; sie kennt auch nicht Gutes und Böses, denn das sind durch Menschen gemachte moralische Unterscheidungen. In seinem Roman „*Der Ekel*“ heißt es: „Alles Existierende entsteht ohne Grund, setzt sich aus Schwäche fort und stirbt durch Zufall.“ In seinem Hauptwerk „*Das Sein und das Nichts*“ schreibt *Sartre*: „Es ist absurd, dass wir geboren werden; es ist absurd, dass wir sterben.“ Diese *Absurdität des Lebens* bedeutet, dass ihm eine objektive Bedeutung fehle, mithin sei der Mensch auf seine Existenz zurückgeworfen („*Existenzialismus*“). „*Ehe Sie leben, ist das Leben nichts; es liegt bei Ihnen, ihm einen Sinn zu verleihen*“ – schöner als *Jean-Paul Sartre* kann man die Aufforderung, subjektiven Sinn zu entwickeln, kaum formulieren.<sup>581</sup>

Der Denker des Absurden ist wohl *Albert Camus* (1913 bis 1960) mit seiner philosophischen Grundfrage, ob denn das menschliche Leben ohne (objektiven) Sinn lebenswert sei. Die Entscheidung, ein Ja oder ein Nein zu seinem Leben zu sagen, sei die Antwort auf die Frage der Philosophie schlechthin.

Das Leben des Menschen ist nach *Camus* deshalb *absurd*, weil Gott tot sei, damit liege kein Sinn einer höheren Instanz vor und bliebe das Leben ohne Hoffnung über das Irdische hinaus. Das Leben sei insgesamt sinnlos, dennoch würden Menschen so tun, als gäbe es einen (objektiven) Sinn, und ihn in einer sinnleeren Welt suchen. Die menschliche Existenz sei eine hoffnungslose Absurdität.

Das Fehlen eines „höheren“ Sinns und die Hoffnungslosigkeit der Existenz seien dem Menschen meist nicht bewusst. Tag für Tag mühe er sich für die Erwerbsarbeit, für die Familie, für Ansehen bei Freunden, für den Erwerb von allen möglichen Gütern usw. in einer Weise ab, als wüsste er nicht, dass er eines Tages sterben wird und all sein Tun und Handeln vergebens waren. Das Leben sei einfach gleichgültig.

Das Bewusstsein um die Absurdität der menschlichen Existenz befreie den Menschen, die Absurdität führe zur Entdeckung der Freiheit. Denn ohne einen „gottgegebenen“ Sinn sei der Mensch keiner höheren Instanz mehr verpflichtet, er allein könne über sein Leben entscheiden. Dank der entdeckten Freiheit könne der Mensch sein Schicksal endlich selbst in die Hand nehmen, er bestimme selbst seinen Lebensvollzug. Dabei könne der Mensch gar nichts verlieren, denn er ist keinem Höheren gegenüber verantwortlich, brauche dessen nun bedeutungslosen Pflichten, Pläne usw. nicht anzunehmen.

Die allumfassende Gleichgültigkeit der menschlichen Existenz ist nach *Camus* allerdings kein Grund zur Verzweiflung, zur Flucht aus dem Leben, gar zur Selbsttötung. Sie ist auch kein Grund, um – wie andere Denker – Zuflucht zu rationalistischen, ästhetischen, metaphysischen usw. Rettungsangeboten zu suchen. Der befreite Mensch habe in seinem Leben nichts zu verlieren, daher könne er sein Hier und Jetzt in Gelassenheit auskosten und möglichst intensiv leben. Mithin liege es am Einzelnen, für sich subjektiven Lebenssinn zu entwickeln.

Anzumerken ist dabei: *Camus* sprach nicht von einem „ob- und subjektiven“ Sinn, seine Rede von der Sinnlosigkeit, vom sinnlosen Unterfangen „Leben“ fokussiert auf einen *von außen* vorgegebenen, also auf einen objektiven Sinn. Der von einem objektiven Sinn *befreite Mensch* sei endlich „*Herr seiner Tage*“, wie er in seiner bekanntesten philosophischen Schrift „*Der Mythos des Sisyphos*“ schreibt, er könne seine Pläne selbst schmieden, mithin *subjektiven Sinn in Lebenssituationen entwickeln*.

Das Leben des Menschen vergleicht *Camus* mit der Figur des *Sisyphos* aus der griechischen Mythologie: *Sisyphos* wälzt einen schweren Stein stets von Neuem auf einen Berg hinauf, denn sobald er mit dem Stein oben ankommt, rollt dieser immer wieder zurück. *Sisyphos* kämpft unermüdlich und unentwegt gegen den Gipfel. Und so kann auch die *menschliche Existenz als „Sisyphosaufgabe“*, als sinnloses Unternehmen ohne Zweck und ohne Erfolg erscheinen. Doch, und das ist der überraschende Schluss des Essays, die Aufgabe erfüllt das Herz des *Sisyphos* und „wir müssen uns *Sisyphos* als einen glücklichen Menschen vorstellen“.

*Sisyphos* ist deshalb glücklich, weil er für sich eine Aufgabe gefunden hat, der Felsblock ist allein seine Sache, „sein Schicksal gehört ihm“. In einer Welt ohne „höhere Instanz“ gäbe es weder für den einzelnen Menschen noch für die Menschheit insgesamt einen Plan; den Plan, mit ihm das eigene Glück – und damit einen subjektiven Sinn – könne und solle jeder Mensch in Freiheit selbst schmieden!

Die *Absurdität* des Lebens gelte es nach *Camus* *erstens* zu *erkennen* und in das Bewusstsein zu bringen; dieser Schritt befreie den Menschen zur Freiheit, sein Schicksal selbst in die Hand zu nehmen. *Zweitens* solle er die Absurdität des Lebens *annehmen* und mit dem Wissen darüber nicht hadern. *Drittens* soll er an der Absurdität der eigenen Existenz *aktiv arbeiten*, und zwar durch die „*aufbegehrende Revolte*“: Der Mensch möge sich gegen das Absurde, gegen das Fehlen eines objektiven Sinns dadurch auflehnen, dass er sich in Freiheit selbst findet, dass er sich selbst verwirklicht, dass er für sich Aufgaben findet, Pläne schmiedet und darin sein Lebensglück erreicht. Die „*aufbegehrende Revolte*“ eines Menschen ist die *aktive Entwicklung eines subjektiven Sinns* im Leben durch die konkrete *Hinwendung auf*

- *ein Etwas* wie Dinge oder Aufgaben (Studium, Erwerbsarbeit, Buch schreiben, Sport, Garten usw.),
- *ein Du* (Liebe, Freundschaft, Diskurs etc.) und auf
- *das Ich* (Pflege, Potenzialentfaltung usw.).

„*Der Mensch in der Revolte*“, eine Sammlung philosophisch-politischer Essays von *Albert Camus*, ist *erstens* Auflehnung gegen ein vermeintlich von Gott stammendes Schicksal, gegen Vorgaben, Pläne und Hoffnungen, die „höhere“ Instanzen über Menschen stülpen. Diese Essays veröffentlichte *Camus* 1951 unter dem Eindruck schlimmster Verwerfungen auf der Welt: Millionen Menschen auf den Schlachtfeldern zweier Weltkriege und in Vernichtungs- und Arbeitslagern ermordet, die Bedrohung der Welt durch Atomwaffen und der aufkommende Kalte Krieg. „Im Blut und Getöse des 20. Jahrhunderts“ fordert *Camus* *zweitens* eine Auflehnung gegen Ideologien, die eine innerweltliche Erlösung verheißen. Politische Heilslehren wie der Nationalsozialismus oder der autoritäre Sozialismus beschlagnahmten die lebendige Freiheit des Menschen und versprächen eine ideale künftige Zeit, ihre fanatischen Anhänger wären zu einem Diskurs unfähig, aber unter Berufung auf große politische Interessen – also auf einen objektiven Sinn – zu Unterdrückung, Krieg und Massenmorden in der Lage.



Dieses Revoltieren des Menschen bei *Camus* ist ein Sich-Abwenden von „höheren Einsichten“ und „höheren Interessen“, die Menschen von Machtträgern oktroyiert und auf die Menschen in ihrem Leben – zum Teil sogar gewaltsam – verpflichtet werden. Einem solchen objektiven Sinn des Lebens gelten Empörung, Verachtung und Auflehnung. Die *Revolte* ist das Fundament des Mensch-Seins, sie richtet sich *gegen jedes vorgegebene Schicksal* und gegen die Unmenschlichkeit und das Leid, die in seinem Namen begangen und ausgelöst werden.

Der Mensch in der Revolte befreit sich zur Freiheit. Und da erstens das Aufbegehren gegen oktroyiertes Schicksal das gemeinsame Vorgehen möglichst vieler Mensch erfordert und da zweitens das Auskosten seines Lebens im Hier und Jetzt maßgeblich auch über die Hinwendung auf das Du erfolgt, ist die Revolte gegen das Absurde keine individuelle, sondern eine solidarische. *Camus* ruft zu einem gewaltfreien zivilgesellschaftlichen Widerstand gegen jeden Sinn von außen, gegen die Richter und Henker höherer Einsichten und Interessen auf, er spricht von einer idealen, *solidarischen Revolte*, bei der sich eben niemand zum Richter und Henker im Namen einer Idee aufspielt. In Abwandlung des berühmten Satzes von *René Descartes* „Ich denke, also bin ich“, schreibt *Camus*: „Ich revoltiere, also sind WIR“, und damit drückt er auch aus, dass die Revolte niemanden ausschließe und zu einer gemeinschaftlichen Verbundenheit der Menschen führe.

Diese Revolte zur Überwindung des Absurden, also eines objektiven Sinns, entspricht genau jenem Weg, den schon *Immanuel Kant* als „Ausgang aus der selbst verschuldeten Unmündigkeit“ des Menschen beschrieb.

Die Rede von der „*Absurdität des Lebens*“ kann missverständlich wirken, hat der Begriff im heutigen Sprachverständnis doch eine eher negative Konnotation. Die Vertreter höherer Einsichten und Interessen werden von dieser Rede unbeeindruckt sein, für den revoltierenden Menschen ist die Einsicht, ein absurdes Leben zu haben, (in der Regel) nicht Anlass für die Selbstaufgabe, sondern er sieht in der Absurdität eine große Chance, nämlich zur Selbstbefreiung und Selbstbestimmung des Lebens, zur Entwicklung eines subjektiven Sinns, und das (auch) in der gemeinschaftlichen Verbindung zu anderen Menschen. Dank der Erkenntnis, das Leben sei absurd, kommt der revoltierende Mensch zu *Glück und Sinn im Leben*; insofern ist das Wissen um die Absurdität nichts Negatives, sondern öffnet zur Freiheit und zu Spuren und Wegen des Glücks und Sinns.

„Der Mensch in der Revolte“ steht für die *Überwindung oktroyierter Lebenswege*, also eines objektiven Lebenssinns, und für eine Gesellschaft von reflektierenden, gelassenen Menschen, die den Künsten, der Schönheit und der Liebe frönen und das mit einem solidarischen Wir-Gefühl.

Dass die Rede von der Revolte auch das 21. Jahrhundert prägt und prägen wird, zeigen aktuelle Entwicklungen wie z. B. opferreiche Auseinandersetzungen im Kontext und Gefolge des sog. „arabischen Frühlings“, (Grenz-)Kriege zwischen und innerhalb von Staaten, die massive Einschüchterung und sogar Ausschaltung Andersdenkender, ein neuer Konformismus selbst in sog. liberalen Rechtsstaaten, auch zahlreiche zivilgesellschaftliche Initiativen etwa zur Bekämpfung von Armut, vermeidbaren Krankheiten, Kinderarbeit, menschenunwürdigen Arbeitsverhältnissen, Umweltzerstörung usw. Die *Selbstbefreiung des Menschen* ist sowohl eine individuelle als auch eine gesellschaftliche Aufgabe, indem etwa über die Gefährdung

von Grundrechten oder die Einrichtung von Bildungsinstitutionen nachgedacht wird, die den Menschen zu Reflexion und Selbstbestimmung anregen; diese Aufgabe ist eine permanente und heute vielleicht sogar eine noch größere Herausforderung als noch vor einigen Jahrzehnten. Der gegen objektiven Sinn revoltierende Mensch ist stets gefragt!

Einem „Schicksal“ vermag auch der selbstbefreite und revoltierende Mensch nicht zu entkommen: dem *Tod*. „Was (trotz der Revolte, A. B.) bleibt, ist ein Schicksal, bei dem allein das Ende fatal ist.“ Alles im Leben sei nichts als Freiheit, der Mensch sei der einzige Herr seiner Welt, „abgesehen von dieser einzigen fatalen Unabwendbarkeit des Todes“, schreibt *Camus* im Mythos des *Sisyphos*. Man kann *Camus* allerdings nicht den Vorwurf machen, dem fatalen Ende des Lebens auch durch eine Revolte nicht entfliehen zu können; *Camus* regt zur Auflehnung „gegen höhere Einsichten und Interessen“, die den Menschen entmündigen und sein Leben absurd machen, und zu einem selbstbestimmten Leben im Hier und Jetzt an. Auf der Endlichkeit des Daseins liegt nicht der Fokus der Absurdität, der Tod ist vielmehr die *finale Motivation zur Entwicklung subjektiven Sinns!*

*Camus* spannt den Bogen von „Absurdität“ und „Revolte“ zum „Engagement“:

- Die *Absurdität* (das Fehlen eines „höheren“, d. h. objektiven, Lebenssinns und die Entdeckung der Freiheit) und
- die *Revolte* (die Auflehnung gegen ein übergeordnetes Schicksal und das Auskosten des Lebens im Hier und Jetzt, und beides in der Verbindung mit anderen Menschen) würden durch die Einbeziehung des sog. „Unabwendbaren“ im Leben zu einem
- *Engagement* in Gemeinschaften führen, dem ein neuer Humanismus zugrunde liege.

Solidarität zwischen Menschen ist über die gemeinsame Revolte und das gemeinsame Auskosten des irdischen Lebens hinaus deshalb nötig, weil der Mensch mit schweren physischen und psychischen Bedrohungen und Belastungen fertig werden muss. Solchen Gefahren, die zu Schmerz, Leid und auch zum Tod von Menschen führen können, ist der Mensch kraft des Umstandes ausgesetzt, dass er Teil dieser Welt ist und etwa mit Naturgewalten leben muss, zum Teil gehen diese Gefahren auch auf das Tun anderer Menschen oder auf eigenes Tun zurück. Inwieweit Bedrohungen des Menschen absolut oder – wegen des Mitverursachers Mensch – relativ „unabwendbar“ sind, ist nicht immer evident.

Zu einer Solidarisierung zwischen Menschen, also zu einem WIR führen – neben dem Mehr an Glück und Sinn im Leben durch die Hinwendung auf das Du – solche unabwendbaren Bedrohungen des Lebens. Das *Unabwendbare* im Leben formuliert Rahmen- und Nebenbedingungen für das Leben, da sein Grund durch den Menschen de facto nicht beeinflussbar ist, ist es einfach nur kluge Lebenskunst, zu ihm Ja zu sagen und es in das Leben zu integrieren. Lebenskunst wird diese Bedingungen beobachten und soweit wie möglich auch beeinflussen, jedenfalls wird sie die bedrohlichen Wirkungen auf Menschen abzufedern oder gar auszuschließen versuchen. Und diese Konfrontation mit dem Unabwendbaren lässt Menschen zusammenrücken, lässt den Menschen vom „Solitaire“ zum „Solidaire“, zum solidarischen Wesen werden.

Je massiver die Bedrohung des Lebens anderer Menschen und des eigenen ist, umso stärker fühlen sich Menschen miteinander verbunden. Das zeigen Extremsituationen, in denen mit einer sehr hohen Wahrscheinlichkeit oder gar mit Sicherheit der Tod sehr nahe ist:

Eine Pestseuche in Algerien und das Wirken des Arztes *Bernard Rieux* stehen im Mittelpunkt des *Camus*-Romans „*Die Pest*“: Die Epidemie bedeutet einen Ausnahmezustand mit tausenden Opfern, das menschliche Leben ist massiv bedroht, der Arzt sieht den Verlauf der Seuche und setzt sein Menschenmögliches dagegen ein, indem er Diagnosen macht, therapeutische Maßnahmen verordnet, Familienmitglieder berät, Menschen tröstet, kurzum seinen Mitmenschen hilft und sie lehrt, einander beizustehen und zu lieben. Der Arzt ist in seiner Hinwendung ein *Vorbild*, und zwar über Menschen in medizinischen, sozialen und verwandten Berufen hinaus, einfach für alle Menschen. Denn alle Menschen erkennen das Unabwendbare, leiden daran und stemmen sie sich dagegen, und das gelingt im *wechselseitigen Beistand* deutlich besser. Erst dann werden – trotz des Unabwendbaren – Perspektiven für den Einzelnen, also subjektiver Sinn und zumindest ein wenig Glück möglich.

„Zusammen lieben oder sterben, ein anderes Hilfsmittel gibt es nicht“, heißt es in „*Die Pest*“. Der vereinsamte Mensch ist schon gestorben, noch ehe er tot ist. Erst die Verbindung des Menschen zum Du, zu einer Gemeinschaft, mobilisiert neue Kräfte in der Konfrontation mit dem sog. Unabwendbaren.

Eine andere Extremsituation bietet der Kriegseinsatz von Soldaten: Die Gefahr, jederzeit schwer verletzt zu werden oder gar ums Leben zu kommen, schweißt Soldaten in einer Weise zu einer Gemeinschaft zusammen, dass soziale Unterschiede in der Herkunft oder in der Bildung unbedeutend werden. Wieviel (zusätzliche) Kraft der Einzelne für die Bewältigung des Unabwendbaren aufbringen kann, hängt entscheidend von seiner Hinwendung auf Andere in der Gruppe ab; erst das Wissen und das Gefühl der Verbundenheit, erst diese Liebe füreinander und damit auch für sich selbst mobilisiert Lebenskräfte.

Selbst wenn man das Unabwendbare im eigenen und im Leben anderer Menschen erkennt, vielfach ist es einfach nicht zu verstehen. „Aber vielleicht müssen wir lieben, was wir nicht verstehen“, müsse man „sich bemühen, Arzt zu sein“, heißt es in „*Die Pest*“. Auch wenn das Unabwendbare nicht zu verstehen ist, oder vielleicht gerade dann, wenn es kraft menschlicher Vernunft nicht zu verstehen ist, soll man sich von ihm nicht ab-, sondern ihm vielmehr zuwenden. Diese Zuwendung bedeutet

- gegen das Unabwendbare im Leben *nicht* revoltieren, sich *nicht* mit allen Kräften einfach dagegen auflehnen, sondern
- mit dem Unabwendbaren leben, zu ihm Ja sagen, es in das Leben einbauen und damit trotz des Unabwendbaren weiter*leben* können.

Die Rede von der Revolte gegen die Absurdität des Lebens wollen wir – über oktroyierte höhere Einsichten und Interessen hinaus – nicht auch auf das Unabwendbare im Leben angewandt wissen. „Revolte“ heißt mit aller Kraft „Nein sagen“ und „Sich-Auflehnen“. Zum Unabwendbaren ein revoltierendes Nein zu sagen, lässt vielleicht die Bedeutung der Hinwendung auf das Du für die Konfrontation mit dem Unabwendbaren nicht erkennen, vor allem ist es aber ein aussichtsloses Unternehmen, bei dem von Vorneherein die Niederlage und die Enttäuschung feststehen. Die Täuschung, das Unabwendbare wäre abwendbar, wird als solche erkannt; daher heißt es nicht umsonst, man wird ent-täuscht! Das *Unabwendbare* mag „absurd“ erscheinen, eine kluge Lebenskunst wird wohl empfehlen, *nicht Revolte* dagegen zu praktizieren, sondern es – im Brückenschlag, in Liebe zu anderen Menschen – in das Leben zu *integrieren*.

Sieht man im Unabwendbaren etwas „Böses“, so könnte man formulieren: „Das Böse lieben, um das Gute zu erreichen.“ Also das Unabwendbare in das Leben integrieren, um ein gutes Leben führen zu können, in dem man nicht an Bedingungen zerbricht, die man selbst nicht gestalten kann. Diese Integration ist nicht bloß passives Akzeptieren, sondern verlangt aktives Tun: die Hinwendung auf das Du in Solidarität, Freundschaft und Liebe.

Und so erscheint es keineswegs paradox, dass die „Absurdität des Lebens“ und das „Unabwendbare im Leben“ zu dieser solidarischen Verbindung zwischen Menschen, zu einem „neuen Humanismus“ führen.

## Polarität des Lebens: der integrierende Mensch

Schmerz, Leid und Tod brechen über den Menschen herein. Unglück und Unheil, das Menschen widerfährt, ist zu einem mehr oder weniger großen Teil zweifellos durch solche Umstände bestimmt, die größtenteils außerhalb der menschlichen Macht liegen. Ein keineswegs zu vernachlässigender, vielleicht sogar der grausamste Teil stammt allerdings von Menschen, die ihren Artgenossen genau diesen Schmerz, dieses Leid und auch den Tod zufügen, sei es vorsätzlich oder auch nur fahrlässig in dem Sinne, dass sie diese Auswirkungen auf andere Menschen in Kauf nehmen; und dazu kommt das Füllhorn mit Schmerz, Leid und Tod, das Menschen über viele nicht-menschliche Lebewesen laufend ausgießen.

„Der Mensch ist aus krummem Holz geschnitzt“, davon ist Immanuel Kant überzeugt. Zwar will er die moralische Vervollkommnung des Menschen kraft seiner Vernunft, er ist allerdings Realist genug, um zu erkennen, dass auch die Bösartigkeit zum Wesen des Menschen gehören kann, dass dessen Hang, Böses zu tun, unausrottbar wäre. Bösartigkeit gehört offenbar zur Polarität des Menschen. Und auch Jahrhunderte nach den aufklärerischen Philosophen ist die Welt offenbar weiter denn je davon entfernt, durch vernunftgeleitetes Handeln von bösem Tun befreit zu sein.

Kant fragt, welche Möglichkeiten bestünden, um den bösen Wesenszug des Menschen im Zaum zu halten. Dabei blickt er vornehmlich auf die Erziehung und auf rechtliche Möglichkeiten. Der Mensch braucht eine Sozialisation zunächst durch die Eltern und andere Bezugspersonen und dann durch Bildungseinrichtungen nicht deshalb, um im Leben brav, gehorsam, ein guter Bürger, und das in Unmündigkeit, zu werden und stets zu bleiben, sondern der Mensch bedarf einer solchen Erst- und Zweitsozialisation, um das Joch der Unmündigkeit abzuwerfen; schon der junge Mensch soll zur Freiheit befreit werden.

Über die Sozialisation in Gemeinschaften hinaus, und zwar im Elternhaus, in Schulen, in Vereinen, im Arbeitsleben usw., bedarf es klarer und durch die menschliche Vernunft gewonnener Rechtsnormen. Eine solche Rechtsordnung, die, so würde man heute verlangen, mittels eines gesellschaftlichen Diskurses zu finden ist, soll den menschlichen Hang zum Bösen im besten Fall vollständig zurückdrängen. Und damit sieht man sich inmitten eines Dilemmas, das in heutigen Gesellschaften angesichts allgegenwärtiger Bedrohungen durch Terror und Krieg aktueller denn je ist: die Balance zwischen Freiheit und Sicherheit in einer Gesellschaft. Je größer die Bedrohung durch „böartige Übergriffe“ ist, je stärker die Menschen in ihrer Sicherheit gefährdet sind, umso lauter ist der Ruf nach Rechtsnormen, die vor allem die Möglichkeiten des Tuns und der unbeobachteten und ungehinderten Bewegung begrenzen.

Je dichtmaschiger die Rechtsordnung im Interesse der Sicherheit ist, umso mehr wird die Freiheit des einzelnen Menschen eingeschränkt.

Inwieweit soll die mühsam errungene Freiheit des einzelnen Menschen seiner Sicherheit wegen geopfert werden? Nur ein im Sinne *Kants* Unmündiger würde für Sicherheit auch seine nicht genutzte Freiheit völlig opfern. Dass das Grundrecht auf Freiheit „von“ – im Sinne von Abwehrrechten – und „zu“ – im Sinne von Ansprüchen etwa auf Bildung – in einem konsistenten Katalog an Grundrechten mit schwierigen rechtspolitischen Problemen der Abwägung verbunden ist, sei hier nur angedeutet.

Unglück und Unheil, das über Menschen hereinbricht, ohne dass es seine (Haupt-)Ursache in der Bösartigkeit von Menschen hat und ohne dass es durch die menschliche Vernunft abwendbar ist, stellt den Menschen vor eine große Herausforderung. Diesem Schmerz und Leid ist er mehr oder weniger hilflos ausgeliefert, und der Mensch müsse sie, so etwa *Immanuel Kant*, als Schicksalsschläge – wie einst der *Ijob* der Bibel – in Würde ertragen und nicht nach einem Warum fragen.

Die Frage, warum einen eine konkrete schmerz- und leidvolle Erfahrung trifft, ohne dass ein anderer Mensch dafür verantwortlich gemacht werden kann, bleibt letztlich ohne vollends annehmbare Antwort. Auch die Rede von einem „Schicksal“, das einem durch eine „höhere Instanz“ beschieden wird, hilft in der Regel höchstens ein bisschen weiter. Das Gleiche gilt wohl auch für *Nietzsches* Empfehlung, zu seinem „Schicksal“ eine „fatale Liebe“ zu entwickeln. Ganz im Sinne von *Kant* ist es Lebenskunst, nicht menschengemachtes und damit unabwendbares Unglück und Unheil in das Leben ohne großes Hadern zu integrieren und es ohne Fragen wie „Warum“ oder „Warum gerade ich“ einfach zu ertragen.

Mit seinem Leben ist der Mensch in eine *Polarität* gestellt. Er erfährt in seinen vielen Lebenssituationen nicht nur „Positives“ und nicht nur „Negatives“ und Vieles davon auch wider Willen: Freude und Ärger, Vertrauen und Misstrauen, Gewissheit und Eifersucht, Treue und Verrat, Wohlwollen und Wehwohlen, Glück und Trauer usw. Dabei entsprechen viele Lebenssituationen nicht einem Extremwert, einem Pol, sondern sind auf dem Kontinuum zwischen den Polen anzusiedeln.<sup>582</sup>

Die Hinwendung auf ein Du, also auf Menschen, ist stets durch eine Polarität von positiven und negativen Erfahrungen geprägt:

Die Liebe zu einem Menschen wird einerseits gespeist von der Sehnsucht nach *Einheit*, andererseits machen viele Lebenssituationen mit ihm den Umstand des *Getrennt-Seins* deutlich, sie führen zu dieser schmerzhaften Erkenntnis. Einer besonderen *Nähe* mit positiven sinnlichen Erfahrungen, mit starken Gefühlen, mit spannenden Gesprächen, Erlebnissen usw. steht eine *Distanz* gegenüber, in der ein Liebender sich nicht verstanden, nicht angenommen, ja vielleicht sogar verraten fühlt. Zu bedenken ist, dass gerade die Distanz die Chance bietet, sich auch mit dem Ich zu beschäftigen und an sich selbst zu arbeiten.<sup>583</sup>

Der Umgang zwischen Eltern und Kindern hält in der Regel für eine sehr lange Zeit, ja ein Leben hindurch sehr unterschiedliche Erfahrungen für beide Seiten bereit. In der *Erziehung* zu Freiheit, zu Lebenskunst, zu Selbstfreundschaft und zur Hinwendung auf Menschen in Achtsamkeit und Sorge wird *Macht* ausgeübt. Machtausübung braucht *Mäßigung*, und eine

solche kann vom *Wechsel der Perspektive* ausgehen: Wäre ich (als Elternteil) in der Situation des Kindes und jemand würde mit mir so umgehen, wie ich es mit ihm mache, wie würde ich mich fühlen? Die Macht der Reflexion und Selbstreflexion zügelt Macht, auch in der Erziehung.<sup>584</sup> Damit Kindern die Macht der Eltern legitim erscheint und akzeptiert wird, müssen die Erziehenden glaubwürdig handeln, und das tun sie durch ihr eigenes stetes Bemühen um das Richtige und durch ihr eigenes Vorbild: Sollen Kinder reflektieren, muss auch ich reflektieren, sollen Kinder Achtsamkeit und Sorge leben, muss auch ich dem Du, dem Ich und der Welt acht- und sorgsam begegnen, sollen Kinder Grenzen anerkennen, muss auch ich mich an Grenzen halten, sollen Kinder nicht lügen, darf auch ich nicht lügen usw. Das eigene Leben glaubwürdig, also nach den Grundsätzen und Werten zu führen, die man für richtig hält, ist die beste Anleitung für Kinder in ihrem Heranwachsen. Frei nach *Theodor W. Adorno* bedeutet Erziehung, jene Existenzform vorzuleben, die die eigentlich richtige wäre, auch dann, wenn sie im Widerspruch zum Ist stehen und zum Scheitern verurteilt sein sollte.<sup>585</sup> Mithin gilt: *Erziehung ist eine Anleitung zu einem Richtigen im Falschen*. Und das gilt auch für die – für eine „reflektierte Lebenskunst“ zentrale – *Selbsterziehung*; bei ihr ist und bleibt das Subjekt der Souverän über die Wahl und die Abwahl von Gewohnheiten.<sup>586</sup>

Erziehung ist *Gerechtigkeit* durch das glaubwürdige Vorbild und einen gelebten Perspektivenwechsel, sie ist *Ermächtigung*, um Kinder auf die Zeit der Wahl zwischen Möglichkeiten im Leben vorzubereiten, sie ist *Aufklärung* u. a. zur Goldenen Regel und zu einem aufgeklärten Eigeninteresse, sie ist *Ermöglichung* der Potenzialentfaltung, sie ist *Anleitung zur Sinnfindung* auf allen Ebenen (körperlich, seelisch, geistig und vielleicht auch transzendent), sie ist *Ermutigung*, um Vertrauen in sich und in die Welt sowie (Lebens-)Können aufzubauen, und schließlich zielt Erziehung auf die *Kompetenz der Selbsterziehung*. All diese Ausprägungen von Erziehung sind gelebte Beziehungen und gehen laufend mit ihren Hochs und Tiefs, mit Erfüllungen und Enttäuschungen, mit Freude und Ärger usw. einher.<sup>587</sup>

Die *Polarität des Lebens* wird in allen weiteren Arten von Beziehungen, und zwar sowohl zu Menschen als auch zu anderen Lebewesen und letztlich zu einem Etwas der unbelebten Umwelt, erfahrbar. Die Polarität führt vor Augen, dass es auch Gegensätze, Widrigkeiten, Widersprüchlichkeiten, Schmerz und Leid gibt, das wie das (im Allgemeinen angestrebte) Positive zum Leben gehört. Das Leben hält nicht nur positive Erfahrungen bereit, und diesen Umstand soll man als Gegebenheit nicht verdrängen, sondern akzeptieren, also in das Leben bewusst einbauen. Wenn man nur das Positive im Leben annimmt und nur in ihm Glück und Sinn gefunden werden soll, dann erwartet man vom Leben einfach zu viel, der Weg in die Frustration und vielleicht sogar in die Ablehnung des Lebens ist vorgezeichnet.

Neben der Freude auch die Belastungen, neben den Erfolgen auch die Misserfolge, neben dem Wohlgefühl auch das Unwohl-Sein, neben den Lüsten auch die Schmerzen, neben der netten Oberfläche auch die Abgründigkeit, ja neben dem Glücklich-Sein auch das Unglücklich-Sein und neben dem irdischen Leben auch den Tod in das Leben hereinzuholen, das macht *Lebenskunst* aus, die subjektives Glück und Sinn entwickeln lässt. *Die Polarität gehört zu einem Leben in Fülle*. Lebenskunst integriert diese Polarität des Lebens und wird auch am Negativen ansetzen, um ihm Glück und Sinn abzutrotzen.<sup>588</sup>

Die *Hinwendung auf ein Du* schließt auch jene auf einen „Feind“ ein, der als Sonderfall des Du, des Nächsten gelten kann. Entscheidend für das Verhältnis zu einem Feind ist jenes zu sich selbst. Feindesliebe setzt Selbstliebe voraus, doch derart weit braucht man gar nicht zu

gehen: Jedes reflektierte Verhältnis zu einem Feind setzt voraus, sich mit dem „*Feind im Inneren*“, mit dem Schlechten, Bösen u. ä. in einem selbst auseinanderzusetzen. Die Liebe zu einem äußeren Feind setzt eine Beschäftigung mit seinem inneren Feind voraus.<sup>589</sup>

Die dunklen Seiten in einem selbst, auch sie gehören zur Polarität des Leben. Und diese Gegensätze in einem selbst betreffen z. B. eigene Feindseligkeit und andere Aggressionen. Über sie zu reflektieren, sie zu mäßigen, sich mit ihnen anzufreunden, all das macht die Hinwendung auf Feinde deshalb leichter, weil einem deren Emotionen nicht grundsätzlich unbekannt sind. Egal, ob man in seiner Lebenskunst Feindschaft überwinden oder – ergänzend – in einem bestimmten Ausmaß bewahren möchte, die Klärung und die Gestaltung der eigenen dunklen Seiten sind unverzichtbar: Selbstklärung führt zu Selbstfreundschaft, Selbstliebe ist die Grundlage für Nächstenliebe, den inneren Feind annehmen ist Voraussetzung für die Annahme des äußeren Feindes.<sup>590</sup>

Könnte bzw. soll man die Polarität des Lebens überwinden? Im Allgemeinen löst die einseitige Betonung eines Pols eine Bewegung zum Gegenpol aus: Wird nahezu krampfhaft auf den positiven Pol fokussiert, wie in einem verordneten „*positiven Denken*“, so mögen das Angenehme und das Wohlgefühl – letztlich mit allem und jedem, um ja nicht etwas Negatives in sein Leben integrieren zu müssen – derart überhandnehmen, dass die Versuchung zu einem Kontrapunkt groß wird. Dominieren dagegen Feindseligkeit und Hass, so strahlen Freundlichkeit und Liebe umso deutlicher und werden erstrebenswert.<sup>591</sup> Die Polarität des Lebens dürfte zumindest eine gewisse Tendenz zur Mitte aufweisen, ohne allerdings mit dem Erreichen der Mitte in einem stabilen Gleichgewichtszustand zu verharren. Denn schon mit der nächsten Lebenssituation kann großer Schmerz oder überschwängliche Freude einhergehen.

Die Rede von der Polarität des Lebens, die sich auf das „Gute“, „Positive“ und auf das „Schlechte“, „Böse“, „Negative“ richtet, baut auf einer Unterscheidbarkeit und einer eindeutigen Zurechnung auf. Doch was ist „gut“ und „böse“? Eine Klassifikation ist zum einen vom konkreten Subjekt abhängig. Zum anderen entsteht die Frage, ob die Absicht oder die Folge, ob also die Intention oder die Konsequenz eines Tuns für die Zurechnung entscheidend ist. Was ist z. B., wenn eine böse Intention unbeabsichtigte positive Folgen zeitigt?<sup>592</sup>

Stellt man auf die *Intention*, auf die Maxime des Handelns ab, so entstehen drei *Fragen zum Bösen*: *Erstens* geht es um die *ausschließlich böse Absicht*. Hat ein Täter, der z. B. einen Menschen durch Diebstahl schädigt, nur diese eine böse Intention oder nicht auch oder vielleicht auch nur die eine Absicht, sich selbst etwas Gutes zu tun? Wie geht man demnach mit einer Mehrzahl an „unterschiedlich guten“ Motivationen um? Nur wenn die Maxime des Handelns z. B. lautet, durch einen Angriff so viel Leid wie möglich zu verbreiten, ist die Tat eindeutig böse. Ist die Motivation des Handelns aber z. B., durch Luftangriffe ein Land von einem Diktator, der viel Blut an seinen Händen hat, zu befreien, und nimmt man dabei auch Dutzende von toten Kindern und Erwachsenen in Kauf, dann hat die Tat wegen der zugrunde liegenden Maxime auch eine gute Seite, was im Übrigen nicht bedeutet, sie damit insgesamt schon gutzuheißen.

*Zweitens* ist die Art der Absicht von außen nicht immer erkennbar; ob sie gut oder böse ist, ist dann ausschließlich eine Eigenzuschreibung. *Drittens* ist Freiheit für das Vorhandensein von Absicht nötig; „das Böse ist das Drama der Freiheit“<sup>593</sup>, heißt es, zumindest bezogen auf das durch Menschen verursachte Böse.<sup>594</sup> Die Möglichkeit zum Bösen ist Zeichen für die

menschliche Freiheit. Das Böse ist eine Option, die man ergreifen kann; müsste man sie ergreifen, so bestünde keine Freiheit. Geht man von Freiheit aus, so kann der Mensch diese Freiheit auch dazu nutzen, um etwas zum Schaden anderer Menschen zu tun, um in einer Weise zu handeln, dass die zugrunde liegende Maxime des Handelns nicht verallgemeinerbar ist.<sup>595</sup>

*Freiheit* ist eine Seite der Medaille, *Verantwortung* die andere. In so manchem modernen Rechtsstaat wird Verantwortung aber zunehmend dadurch ausgehebelt, dass Handelnde pathologisiert und damit schuldunfähig werden; z. B. könnten sie das Leid beim Anderen nicht erkennen. Die Fähigkeit zu Empathie gehört in der Regel zur menschlichen Grundausstattung, wird sie allerdings zunächst durch Sozialisation nicht entwickelt und auch durch Selbsterziehung nicht ausgebildet, so verkümmert sie; im pathologischen Fall fehlt sie vollends, Grausamkeit und Verrohung sind die Folgen.<sup>596</sup>

Strittig ist, ob es auch etwas „absolut Böses“ gibt, das also unter allen Umständen für böse erachtet wird. *Friedrich Nietzsche*, der moralische Relativist, bestreitet dies, denn nach ihm wäre das Böse „nur das Vorurteil derjenigen, die sich gegenwärtig für gut halten“. So gesehen ist das Böse ein aufbegehrendes Handeln gegen die geltende Moral mit dem Ziel einer Umwertung der Werte. Für *Immanuel Kant* ist das Böse dagegen ein bewusster Verstoß gegen die vernünftige Sittlichkeit, die kraft der Vernunft aus der Verallgemeinerbarkeit von Handlungsmaximen ableitbar ist; das Böse ist das Unvernünftige schlechthin.<sup>597</sup>

Zu bedenken ist, dass die Absicht noch kein Tun mit Auswirkungen auf die Umwelt bedeutet, dass mit *Baruch de Spinoza* (1632 bis 1677) die *Welt der Gedanken*, der als Meinung ausgesprochenen und der nicht ausgesprochenen, von der *Welt des Handelns* zu trennen ist. Eine Gedanken- bzw. Meinungspolizei fokussiert schon auf die Welt der Gedanken, unabhängig von einem (weiteren) Tun; sie ist in einem liberalen demokratischen Rechtsstaat undenkbar. Die Gedanken- und Meinungsfreiheit baut auf Vernünftigkeit auf, und das ist ein hoher Anspruch, denn am Ende möchte jeder gerne Recht behalten: Zwar kann jeder Mensch grundsätzlich jeden Gedanken als Meinung äußern, er muss aber gleichzeitig bereit sein, sich einem Diskurs zu stellen, darin das bessere Argument gelten zu lassen und zu akzeptieren; eine Immunisierung von Unsinn ist nicht das Ziel von Gedanken- und Meinungsfreiheit.<sup>598</sup>

Die *Polarität des Lebens* ist für jeden Menschen eine lebenslange Herausforderung und im letzten Akt des Lebens, dem Sterben, eine ganz besondere. Soll man gegen das Negative im Leben revoltieren? Die Vernunft sagt dem Menschen, dass Widrigkeiten im Leben – und letztlich der eigene Tod – höchstens da und dort „erfolgreich“ bekämpft werden können, letztlich gehören sie aber zum Leben. Folglich wird eine *kluge Lebenskunst* sagen, die Polarität des Daseins ist in das Leben zu *integrieren*.

„Die *Polarität des Lebens integrieren*“ schützt vor zwei Wegen, die heute gerne und in der Regel mit fatalen Konsequenzen beschritten werden: Ein – die Polarität des Lebens – *integrierender Mensch* wird

- erstens *keine zu hohen Erwartungen an das Leben* in Bezug auf das Positive, auf Glücksmomente und Möglichkeiten der Sinnentwicklung formulieren; das Leben ist keine Veranstaltung, aus der das Negative zu eliminieren wäre, daher gilt es, keine überzogenen Ziele zu haben und sich so vor (allzu großen) Enttäuschungen im eigenen Interesse zu schützen;



- zweitens eine *größere Leidensfähigkeit* ausbilden, sowohl seine psychische Widerstandsfähigkeit (Resilienz) als auch seine Physis stärken und so bei erheblichen Widrigkeiten nicht gleich alles hinschmeißen.

## Reflektiertes Negativ-Denken und heitere Gelassenheit

Der integrierende Mensch weiß, dass sein Leben eine „Fülle“ aus Glück und Unglück, Erfolg und Misserfolg, Gesundheit und Krankheit, Zufriedenheit und Unzufriedenheit, Jugend und Alter und viele andere Polaritäten bietet.<sup>599</sup> Dieser Erkenntnis, das Negative, das Falsche gehöre zum Leben und sei in die Kunst des Lebens reflektiert zu integrieren, steht der moderne Zwang zum Glücklich-Sein, ein geradezu „*manisches Positiv-Denken*“ gegenüber, das jegliches negative Denken brandmarkt; die Furcht vor dem Negativen beherrscht den Menschen. Ist man in seinem Denken auf das Positive fixiert, so werden schon kleine Abweichungen als negativ verbucht, d. h. je stärker dieses Positiv-Denken ist, umso mehr sieht man das Negative und zieht es vielleicht sogar an. Die Erfahrung von Tod, Schmerz und Leid lehrt: Eine rein positive Welt, eine Welt ohne Negatives zu schaffen, das ist ein von Vorneherein aussichtsloses Unterfangen; das Leben ist ein polares.<sup>600</sup>

Das gilt besonders auch für die *(Un-)Zufriedenheit*. In anstrengenden Lebensphasen kann der Mensch „unzufrieden“ sein, dabei entstehender „Eustress“ ist häufig der Antrieb im und zum Leben. Eine Lobhudelei auf das Zufrieden-Sein übersieht, dass zufriedene Menschen zu streben aufgehört haben; sie wollen im Leben nichts Neues mehr erreichen, sie „ergeben sich“. Etwas Unzufriedenheit hält den Menschen lebendig und das Leben spannend. Das Leben besteht nicht nur aus Zufriedenheit, stets ist es eine Mischung, in der es allerdings schon auf die Balance ankommt.<sup>601</sup>

Eine *Lebenskunst*, die stark oder zumindest auch auf das *Negativ-Denken* setzt, die denkt nicht das Beste, sondern das Schlechteste oder zumindest Schlechtes über Menschen, über Verhältnisse, ja über die Welt. Negativ-Denken kann zwei angenehme, ja positive Wirkungen in Bezug auf Enttäuschungen, die eine Diskrepanz zwischen Erwartung und Ist-Ergebnis darstellen, hervorbringen:<sup>602</sup>

- *Enttäuschungen sind selten*: Erwartet man Negatives und es tritt ein, so trifft es einen nicht unvorbereitet.
- *Angenehme Enttäuschungen sind möglich*: Erwartet man Negatives und tritt dieses nicht ein, so wird man angenehm überrascht, ein Zustand, der gewürdigt und nicht, wie beim Positivdenken, für selbstverständlich erachtet wird.

Eine reflektierte Lebenskunst wird daher keine zu hohen, keine übertrieben hohe Erwartungen an das Leben im Allgemeinen und an das Glück und den subjektiven Sinn im Besonderen formulieren. Ein ausgewogenes Maß an negativem und an positivem Denken nimmt Zwang zum Erfolg im Leben. Angemerkt sei: Menschen wünschen einander zum Jahreswechsel sehr oft ein „erfolgreiches“ Jahr. Setzen Menschen einander damit unter einen Erfolgszwang? So, als könnte man subjektiven Sinn in Lebenssituationen nur aus „Erfolg“ entwickeln?

Dass der Mensch subjektiven Sinn fernab der Kategorien Erfolg und Misserfolg entwickeln könne, das arbeitete *Viktor E. Frankl* heraus. „Erfolg“ kann für den Menschen „gut“ sein, ein reflektiertes Negativ-Denken sieht ihn allerdings mit Misstrauen: Erfolg könnte zu Kopf steigen, den Menschen überheblich und leichtfertig werden und ihn so ins Unglück stürzen las-

sen; so kann Erfolg wohl der perfideste Weg sein, um einen Menschen zu Fall zu bringen. Lebenskunst bedeutet auch, nicht bloß „Misserfolge“, sondern auch „Erfolge“ „wegstecken“ zu können.<sup>603</sup>

„Manisches Positiv-Denken“ ist eine Form des falschen Lebens, denn es negiert die Polarität des Lebens, es will „die lästige Widerspruchsstruktur des Lebens“<sup>604</sup> aufheben. Je stärker das Positiv-Denken ist, umso mehr wird man von den Widersprüchen des Lebens eingeholt. Es mag Lebenssituationen, Stunden und Tage geben, die bei bestem Willen keine Glücksmomente und keinen subjektiven Sinn bieten. Warum sollte man sie unter den Glorienschein des Positiven zwingen? Ja, auch solche Stunden und Tage gibt es, sie gehören zum polaren Leben, ihnen nachzutrauen lohnt sich nicht.<sup>605</sup>

Das „Vorwegbedenken des Übelen“, d. h. auf das Schlimm(st)e gefasst und dafür vorbereitet zu sein, das ist seit der Antike Teil einer wachsamten Lebenskunst.<sup>606</sup> Das moderne Positiv-Denken trägt totalitäre Züge: Wer nicht positiv denkt, ist verdächtig. Dabei sind gerade manische Positiv-Denker eine leichte Beute für die Mächtigen dieser Welt, denn zuletzt finden sie es positiv und sich damit ab, wenigstens noch am Leben zu sein. Der Zwang zum Positiv-Denken kann Kritikfähigkeit ersticken.<sup>607</sup> Er führt zu einem Relativismus des Positiven und aller Erwartungen, letztlich zu einer Beliebigkeit. Nur ein Negativ-Denken bewahrt die Reflexions- und Kritikfähigkeit des Menschen, indem er auch kritische Fragen stellt z. B. nach den Kriterien für die Unterscheidung von „positiv“ und „negativ“ oder danach, wessen Interessen mit einem Zustand erfüllt werden. Ohne Reflexion über und Kritik an gesellschaftlichen Verhältnissen, auch über und an einem Du und Ich ist eine Weiterentwicklung, an der der Einzelne partizipiert, nicht zu haben. Dass vielfach Kritik „positiv“ sein muss, könnte auch als Wunsch nach Ausschaltung oder Verharmlosung von Kritik (miss-)verstanden werden.<sup>608</sup>

Die Rede von der „positiven Kritik“ mag allerdings die *Absicht* verdeutlichen, die hinter ihr steht: Kritik erfolgt hier, um dem Gegenüber zu helfen, und nicht, um ihm wehzutun. Diese Absicht ist der entscheidende Unterschied zur *Demütigung*, die erfolgt, um dem Gegenüber durch Beleidigungen, psychische Verletzungen usw. zu schaden und ihm damit wehzutun. Die Empirie zeigt in der Tat, dass Menschen in ihren vielfältigen Beziehungen zu anderen Menschen – von der Partnerschaft über den Beruf bis zur Gesellschaft – Demütigungen sehr gerne und sehr oft als Kritik verkaufen wollen.<sup>609</sup> „Kritik“ ist dann die Maske für „Demütigung“. Das Wörtchen „positiv“ bei Kritik könnte man als Versprechen sehen, eine Demütigung nicht in das Kleid von Kritik stecken zu wollen.

Ein reflektiertes Negativ-Denken bedeutet eine Reserviertheit gegenüber einem einseitigen Glauben an „das Positive“, an einen endgültigen Sieg „des Guten“.<sup>610</sup> Das ist bei der „großen Geschichte“ der Menschheit und der Welt nicht anders als bei der „kleinen Geschichte“ des einzelnen Menschen:

- Mit dem Zusammenbruch des Kommunismus gegen Ende des 20. Jahrhunderts glaubte man vielerorts, „das Ende der Geschichte“, wie es Francis Fukuyama (\*1952)<sup>611</sup> so treffend bezeichnete, wäre angebrochen, d. h. eine Zeit ohne Kalten Krieg, eine Zeit des Friedens, der Demokratie und der weltweiten Prosperität würde beginnen, das Positive halte in der Welt Einzug. Die tatsächliche Entwicklung der großen Geschichte straft diese Bilder Lügen, so dass die Rede vom Ende der Geschichte heute von einer pessimistischen, von einer vom Verfall ausgehenden Geschichtsphi-

losophie wörtlich verstanden wird: Es drohe der Untergang, Aufklärung und Humanismus könnten kein Gegengewicht mehr bilden.<sup>612</sup> Nach den Erfahrungen mit Populismus, Plebisziten etwa zum Brexit und besonders nach Auswüchsen in Wahlkämpfen wird heute sogar über ein Zuviel an Demokratie („*too much democracy*“) und von einer Herrschaft der Weisen statt Demokratie („*Epistokratie*“) ernsthaft wissenschaftliche diskutiert.<sup>613</sup>

- Die Polarität des menschlichen Lebens ist ein empirisches Faktum: So manche Lebenssituation bereitet zum Teil schwere Schmerzen an Körper und Seele, dazu gehören auch Beziehungen zu einem Du oder gesellschaftlichen Umstände. Der Glaube an den Sieg des Positiven zerschellt spätestens mit der Gewissheit des Todes einschließlich des meist schmerzvollen Weges zu ihm.

Weder ein „*simpler Optimismus*“ noch ein „*simpler Pessimismus*“, sondern eine solche Reserviertheit gegenüber dem Positiven ist gefragt, die *erstens* eine *gesunde Distanz* zu den großen Hoffnungen – für die Gesellschaft und die Welt und ebenso für das einzelne menschliche Leben (auch in seinen Beziehungen) – wahrt und die *zweitens* nicht in eine universelle Melancholie versinkt, sondern auf die tragende Säule der *Gelassenheit* setzt.<sup>614</sup>

Beim Philosophen *Wilhelm Schmid* (\*1953) stehen „*Melancholie*“ für das *Aussetzen*, für den Verlust der Lebenskunst<sup>615</sup> und „*Gelassenheit*“ für das *Einsetzen*, für den Besitz der Lebenskunst<sup>616</sup>:

- Melancholie bedeutet das *Leiden an* den Widersprüchen des Lebens und der Welt (Polarität und Absurdität), Gelassenheit das *Leben mit* diesen Widersprüchen.
- Melancholie sieht im Tod das Zeichen der Absurdität und das Argument für die *Sinnlosigkeit* jeglichen Strebens und Tuns; Gelassenheit sieht im Tod die Grenze des Lebens und das Argument für die Entwicklung von *Glück und Sinn im Leben*.
- Melancholie ist die Haltung des *Schwer-Nehmens*, des Weinens über das verlorene Glück der Kindheit, über die Zeit, die vergeht; Gelassenheit ist die Haltung des *Leicht-Nehmens* des Lebens, des heiteren Leben-Lernens im Bewusstsein seiner Polarität und Begrenztheit.
- Melancholie erfüllt den Menschen mit *ängstlicher Sorge*, Gelassenheit mit *kluger Sorge* vornehmlich für das Ich, für das Du, für andere Lebewesen und für die Welt.
- Melancholie führt zum *Rückzug vom Leben*; die Selbstmächtigkeit des Menschen und eine selbstbestimmte Lebensführung erscheinen vermessen, eine Selbsterziehung für sinnlos; Gelassenheit bedeutet *Hinwendung auf das Leben*, d. h. auf das Ich, das Du, auf die Welt, sie glaubt an Selbstmächtigkeit und eigene Lebensführung und regt zur *Selbsterziehung* an.

Mit *Melancholie* kommt der Mensch mit dem Raum und der Zeit seines Lebens nicht zurecht, er hat keine Hoffnung auf Glück und Sinn und weder hohe noch niedrige, also keine Erwartungen, eine große Traurigkeit beherrscht ihn. Mit *Gelassenheit* orientiert sich der Mensch im Raum und in der Zeit seines Lebens, er nimmt es bewusst in die Hand, um kurzfristige *Glücksmomente*, also „*purpurne Stunden*“<sup>617</sup>, und um *subjektiven Sinn* in Lebenssituationen und vielleicht auch für das gesamte Leben *aktiv* zu entwickeln.<sup>618</sup> Dieser Mensch gestaltet sein Leben, in Freiheit pflegt er den Blick von außen auf sein, auf anderes Leben und auf die Welt, er übt Distanz und hat Geduld, ohne gleichgültig oder nachlässig zu werden, er lässt sich selbst, Anderen und Anderem Raum und Zeit. Dabei setzt er nicht nur auf Erfolg und auf

das Gelingen eines vollkommenen Werks. Er wird sich hüten, zu hohe Erwartungen zu formulieren, seine Haltung der heiteren Gelassenheit wird er mit einem reflektierten Negativ-Denken verbinden.<sup>619</sup>

Die *Heiterkeit* gilt als eine Komponente der gelassenen Lebensführung. Sie setzt zum einen auf einen *reflektierten Pessimismus*, d. h. man erwartet von der Welt (und auch von sich selbst) nicht zu viel; so wird der Mensch resistent gegen Enttäuschungen, er erträgt Widrigkeiten leichter und braucht seine Kräfte nicht dafür aufzubringen, Unerfreuliches in Positives umzudeuten. Zum anderen setzt sie auf die *Aufnahmefähigkeit des Erfreulichen*: Der Mensch entwickelt positive Emotionen aus der Hinwendung auf das Ich, auf ein Du oder auf eine Aufgabe oder Sache, seine – dank des heiteren Ertragens von Widrigkeiten – geschonten Kräfte kann er der aktiven Entwicklung und dem Genuss des Erfreulichen widmen. Eine derart verstandene Heiterkeit ist keine laute und oberflächliche Fröhlichkeit, sondern Ausdruck eines mit Glück und Sinn erfüllten Lebens; ihr äußerer Ausdruck ist das Lächeln, das „*nicht umwölkte Gesicht*“<sup>620 621</sup>.

Heiterkeit negiert nicht das Negative im Leben. Im Gegensatz zur Melancholie zieht sie aber die andere Konsequenz, nämlich das Leben dennoch anzunehmen, das Schöne, das Bejahenswerte zu suchen und bewusst zu leben. Heiterkeit leugnet nicht die Tragik im Leben, aber seine *dunklen und hellen Seiten* bindet sie in die Lebenskunst ein, sie setzt sie zu einem *Kunstwerk* zusammen, das laufend entwickelt wird, das mit dem Tod endgültig fertig ist und das in Lebenssituationen und für das Leben insgesamt als *subjektiv kostbar* erscheint.<sup>622</sup>

Glück und subjektiven Sinn im Leben zu entwickeln, das bedeutet, nach dem Bejahenswerten im Leben zu suchen, nach *Spuren* Ausschau zu halten, die zu dem führen, *wofür es sich zu leben lohnt*. Dieser „*existenzielle Imperativ*“ – mit reflektiertem Negativ-Denken und heiterer Gelassenheit – lautet mithin: „*Gestalte dein Leben so, dass es bejahenswert ist.*“<sup>623</sup> Und diese Gestaltung schließt die Arbeit am Ich, das aktive Leben mit Anderen und die Arbeit an den gesellschaftlichen Verhältnissen ausdrücklich ein.<sup>624</sup>

## Erst der Tod führt zum Leben

„*Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will*“, fasste *Albert Schweitzer* (1875 bis 1965) den Willen zum und die Ehrfurcht vor dem Leben plakativ zusammen; demnach sind das fremde wie das eigene Leben zu erhalten, zu fördern und „zu seinem höchsten Wert zu steigern“.<sup>625</sup> Achtsamkeit und Sorge im Umgang mit dem Leben, nicht nur mit jenem des Menschen, sind gefragt. Doch die Welt bietet ein „verwirrendes Schauspiel“<sup>626</sup>, ja ein *absurdes Bild des Willens zum Leben*,

- wenn ein Lebewesen seine *Existenz* (nur) dadurch erhält, anderes Leben aktiv zu töten, also *Gewalt gegen anderes Leben* einsetzt, und
- wenn *Leben* mit dem in die Welt hineingelegten, also „natürlichen“, *Sterben und Tod* in seiner individuellen Entwicklung *behindert und vernichtet* wird.

Aus *biologischer* Sicht mag der Tod der evolutionären Entwicklung des Lebens förderlich sein: Das Ende des Lebens dient seiner *Erneuerung*. Diese Art der Evolution ist zweifellos zum Erfolgsmodell geworden. Aus der Perspektive des einzelnen Menschen wirkt das Wissen, im Dienste der Evolution nur eine begrenzte Zeit hindurch zu leben, zwar naturwissenschaftlich interessant, für einen subjektiven Lebenssinn wird das im Normalfall aber nicht

reichen.<sup>627</sup> Ganz im Gegenteil wird das Wissen um die ausschließliche Funktionalität *gleichgültig und traurig stimmen*.

Aus der *Ökonomie* ist bekannt, dass nur knappe Güter einen Marktpreis haben; für freie Güter, die also unbegrenzt verfügbar sind, wird niemand Geld – ein knappes Gut – bezahlen; die Höhe des Preises zeigt die Knappheit eines Gutes. Im menschlichen Leben ist es ähnlich: *Nur Begrenztes ist wertvoll*.

Das Wissen um den Tod verleiht dem Leben *Wert*. Ohne das Sterben und den Tod, mit einer Unendlichkeit ausgestattet würde das Leben im Hier und Jetzt bedeutungslos werden. Jeder Ansporn zu einem Tun würde verloren gehen, denn ob man etwas heute, morgen oder übermorgen tut, hat angesichts der Unendlichkeit keine Bedeutung. Die Unendlichkeit macht alles wertlos.<sup>628</sup>

Die zeitliche Begrenzung des Lebens ist kein Mangel des Lebens, den man quasi als Gewährleistungsfall bei einem Schöpfer einmahnen könnte, vielmehr ist sie die zentrale *Bedingung für das Leben*. Füllen lässt sich nur das, was begrenzt ist! Lebensfülle zu erfahren, setzt ein zeitlich begrenztes Leben voraus.<sup>629</sup>

Das Sterben und der Tod sind insofern ein Teil der Fülle des Lebens. Sie sind Ansporn, das eigene Leben in die Hand zu nehmen und daraus etwas zu machen, also sog. „subjektiven Sinn“ zu entwickeln. „*Das Leben leben*“ heißt, aus der Fülle der Möglichkeiten zu wählen und die eine oder andere zu verwirklichen. Dass dabei viele Möglichkeiten offen bleiben, also nicht umgesetzt werden, und dass dabei viele Widrigkeiten auftreten, das gehört zur – akzeptierten – Polarität des Lebens.<sup>630</sup>

Die Akzeptanz des Todes könnte eine vorläufige sein, nämlich insofern, als man das Altern und den Tod als eine Gemeinheit, als ein Ärgernis sieht, das man mit naturwissenschaftlichen Methoden – zumindest langfristig – ausschließen möchte. Dabei soll die biologische Erneuerungsfähigkeit des Menschen bis zum *Tod des Todes* gesteigert werden. In diese Richtung weist z. B. die Telomer-Forschung, sie will die Abnutzung der Enden der DNS-Fäden bei den Zellteilungen „reparieren“. Aber: Ein ewiges Leben kann weder spannend noch kostbar sein, es ist endlos lange, verliert seinen Reiz und es wird öde, eine tödliche Langeweile würde sich einstellen.<sup>631</sup> Müsste im – theoretischen Fall – des Fehlens einer zeitlichen Grenze im Leben gar eine Lebenskunst für die Selbstfestlegung einer Grenze – im Interesse eines subjektiven Sinns – sorgen?<sup>632</sup>

Der freie Mensch hat in seinem Leben die *Wahl*, aus der Fülle von Möglichkeiten einzelne zu verwirklichen, mithin hat er die *Autonomie* der Wahl und damit auch jene der *Abwahl einzelner* und auch *aller* Möglichkeiten, also die Autonomie der Abwahl des Lebens. Mit der Abwahl des Lebens setzt der Mensch sein Ableben selbst fest; diese Autonomie sieht *Nietzsche* als „neuen Stolz der Menschen“, das Ableben sei eine neue „Festfeier“.<sup>633</sup>

Die *Abwahl des Lebens* wirft – vornehmlich wegen ihrer Endgültigkeit – die schwerwiegende Frage auf: Wie frei ist diese Wahl? Die Biographie und das Denken eines konkreten Menschen bieten sehr unterschiedliche *Gründe* für die Abwahl:

Ist die Abwahl eine tiefe *Verzweiflung* oder das große Gefühl der *Erfüllung*?<sup>634</sup> „Lebensatt sterben“, diese Redewendung steht nicht dafür, des beschwerlichen usw. Lebens überdrüssig zu sein, vielmehr drückt sie die Fülle und die Dankbarkeit hier aus, die einen zufrieden abtreten lässt – ob natürlich oder autonom gewählt, ist dabei offen.

Ist der gesuchte Tod der *Endpunkt* eines – leeren oder erfüllten – Lebens oder ist er der markante *Übergangspunkt* von diesem irdischen Leben zu einem Jenseits von Raum und Zeit? Ist mit dem gesuchten Tod eine *Absicht* in Bezug auf andere Menschen verknüpft, d. h. ist die Abwahl eine *egoistische Selbsttötung*, mit der ein Mensch andere mit Sorgen allein lassen und ihnen Lasten bewusst auferlegen will, oder ist sie eine *altruistische Selbsttötung*, um andere von Lasten zu befreien, auch von der Last, die er unter Umständen z. B. wegen Pflegebedürftigkeit vermutet? Ist die Abwahl eine schnell getroffene Entscheidung, vielleicht sogar eine Art *Kurzschlusshandlung*, ausgelöst z. B. durch eine große Enttäuschung, durch die Diagnose einer sehr schweren Krankheit etc., oder eine *lange überlegte Entscheidung*, der eine eingehende Reflexion des Lebens z. B. mit einer nun fortgeschrittenen Alzheimer- oder Krebserkrankung<sup>635</sup> zugrunde liegt und mit der man einem als würdelos empfundenen Zustand entgehen möchte?<sup>636</sup>

„Mehr als das Leben ist der Tod das Eigentum eines Menschen.“<sup>637</sup> In seinem Leben steht der Mensch in wechselseitigen Beziehungen zu seiner Umwelt: zu anderen Menschen, zu anderen Lebewesen, zur nicht lebenden Umwelt. Der Mensch ist in die Welt eingebunden, für ihn sind viele äußere und innere Parameter relevant und insofern kann er seine *Herrschaft* über das Leben *nicht beliebig* ausüben und „andere von jeder Einwirkung ausschließen“, wie es das zivilrechtliche Eigentum an Sachen vorsieht. Beim Eigentumsrecht an einer Sache steht die Privatnützigkeit im Zentrum, wengleich der Gebrauch letztlich auch dem Wohl der Allgemeinheit dienen soll, also eine Sozialbindung, eine Brücke zum Wohl anderer Menschen konzeptionell eingebaut ist. Das „*Eigentum am Leben*“ ist wegen der Abhängigkeit von vor allem äußeren Bedingungen und wegen des für seinen Fortbestand unentbehrlichen sozialen Bezugs ein *eingeschränktes* Herrschaftsrecht, das „*Eigentum am Tod*“ ist dagegen das *uneingeschränkte* Recht des einzelnen Menschen, einen – vor dem biologischen Sterben liegenden – Zeitpunkt festzulegen; insofern ist der Mensch Souverän seines Todes.

Soll man die Verwirklichung eines Todeswunsches mittels Rechtsnormen verbieten? Gesetze Normen entfalten im Allgemeinen nur dann einen Vorgabecharakter, wenn sie mit Sanktionen bewehrt sind. Doch im Fall der rechtlich verbotenen, sanktionsbewehrten Selbsttötung kann der Delinquent nach seiner Tat nicht mehr zur Rechenschaft gezogen werden. Insofern ist es sinnlos zu fragen, ob Selbsttötung rechtlich verboten werden soll;<sup>638</sup> eine solche Rechtsnorm könnte allerdings eine den Willen des Gesetzgebers und der Gesellschaft widerspiegelnde moralische Richtschnur bieten.

Das heißt allerdings nicht, auf Fragen zur Abwahl des Lebens zu verzichten. Fragen an sich selbst betreffen z. B. ein *späteres Bereuen*, wie misslungene Fälle in der Empirie zeigen, oder ein *ausreichendes Bedenken* der Wirkungen auf Andere. Fragen an Menschen in der Umgebung zielen z. B. darauf, ob ein Liebes- oder Freundschaftsdienst im Abhalten von oder in Sterbehilfe, also in der Unterstützung bei der Umsetzung des Wunsches liegt, auch die Frage einer unterlassenen Hilfeleistung kann auftauchen.<sup>639</sup>

Welche Verantwortung trägt „die Gesellschaft“ bei der Autonomie des Menschen über seinen Tod? Wie können Menschen vor Druck von außen bewahrt werden, der sie zu einer Abwahl des Lebens vor dem biologischen Sterben drängt? Vermag gar ein (assistierter) Suizid empfohlen zu werden, um bei den hohen Kosten vor dem Sterben zu sparen, also die Selbsttötung zur „sozialen Erwartung“<sup>640</sup> zu werden? Wie kann sichergestellt werden, dass der Todeswunsch der wirkliche Wille z. B. eines Patienten ist? Kann etwa eine Sterbebegleitung, die einem Menschen Beistand in den letzten Phasen seines Lebens bietet, den Wunsch nach Sterbehilfe in vielen Fällen überflüssig machen? Kann eine Palliativmedizin die Angst vor unerträglichen Schmerzen und damit ein zentrales Motiv für ein vorzeitiges Sterben nehmen?<sup>641</sup>

Hospizeinrichtungen und „Palliativ Care“ gelten heute als Alternative zur (assistierten) Selbsttötung: Sterbende sollen ärztlich, pflegerisch, psychosozial und seelsorglich kompetent behandelt und begleitet werden, sinnloses Leiden gelindert, das Sterben aber weder beschleunigt noch verlangsamt werden. Sterbende sollen nicht kostengünstig *entsorgt*, sondern in mitfühlender Weise *umsorgt* werden. Und das im Wissen, dass das Leiden zur Polarität des Lebens gehört, und dass es nur um den Preis, die Leidenden selbst abzuschaffen, vermeintlich aus der Welt zu schaffen wäre. Eine integrierte Versorgung am Lebensende bedeutet die humane Begleitung Sterbender in Achtsamkeit und Sorge.<sup>642</sup>

Trotz solcher Angebote (!) für Sterbende bleibt ein Problem: Hat der Mensch dank der Möglichkeit der Abwahl des Lebens „die Pflicht zu leben und das Recht zu sterben?“. Die Beendigung des Lebens mit dem „freien Tod“ lässt fragen: Ist der Suizidant krank, ist er in das Pathologische einzuordnen und der Freitod der Endpunkt einer „krankhaften seelischen Entwicklung“? Oder ist die Selbsttötung eine freie Entscheidung und so etwas wie ein Menschenrecht? Antworten darauf fallen unterschiedlich aus, sie liegen im Kontinuum zwischen Verurteilung und Preisung.<sup>643</sup>

*Albert Camus* spricht gar davon, dass die Selbsttötung das zentrale philosophische Problem wäre. Lohnt sich das Leben oder nicht? Von der Antwort auf diese Grundfrage hänge alles Weitere im und für das Leben ab.<sup>644</sup> „Sich lohnen“ bedeutet, das Leben erscheint wertvoll und kostbar, es ist wert gelebt zu werden, der Mensch kann darin subjektiven Sinn entwickeln.

In Bezug auf die Abwahl des Lebens stehen auf der einen Seite die Freiheit und das Selbstbestimmungsrecht des Menschen, auf der anderen ein moralisch motiviertes Verbot. Hat der Mensch ein Recht auf den Freitod oder ist der Mensch in seiner Verfügungsgewalt über das eigene Leben begrenzt?<sup>645</sup>

Das *Christentum* weitet die Lehre (die „Wegweisung“, das „Gebot“), nicht zu morden, auf die Selbsttötung aus. Das Leben wäre ein Geschenk oder eine Leihgabe Gottes. Daher könne auch nur Gott diese Leihgabe wieder nehmen.

Nach *Immanuel Kant* sei der Mensch Zweck an sich und dürfe nicht (nur) als Mittel missbraucht werden. Daher habe der Mensch Pflichten gegen sich selbst, der Freitod stelle eine Instrumentalisierung der eigenen Person dar, der Freitod widerspreche der *vernünftigen Sittlichkeit* und sei daher moralisch jedenfalls zu verurteilen.<sup>646</sup>

Das *Anarchie-Argument* zur Verurteilung des Freitods, vertreten etwa von *Fjodor Michailowitsch Dostojewski* (1821 bis 1881) und *Ludwig Wittgenstein* (1889 bis 1951), zielt auf einen moralischen Dammbbruch. Wenn sogar der Suizid legitimiert ist, würden letztlich alle moralischen Schranken fallen und der Anarchie mit all ihren fatalen Konsequenzen wären Tür und Tor geöffnet.<sup>647</sup>

Eine moderne Gesellschaft bemüht sich um Prävention und Krisenbetreuung, bei der Verhinderung des Freitods stößt sie allerdings auf Grenzen. Bei unheilbaren Krankheiten und ausweglosen Situationen akzeptieren manche Rechtsordnungen sogar einen assistierten Freitod. Der sittlichen Pflicht der Gesellschaft (Rechtsordnung), Menschen vor einem unüberlegten Freitod zu bewahren, steht das Recht auf Selbstbestimmung gegenüber. Allgemeine Antworten zur Auflösung dieses Dilemmas kann es nicht geben, letztlich muss der Freitod nach Umständen und Folgen differenziert beurteilt werden. Respekt und Anteilnahme sollten jedenfalls auch jene Menschen erfahren, die das Leben abwählen.<sup>648</sup>

Besonders mit Fortschreiten des Lebens und dem zu erwartenden Sterben und Tod wächst im Allgemeinen das Bedürfnis des Menschen, über das Leben und seinen subjektiven Sinn nachzudenken. Die Möglichkeiten im Leben schwinden, wie in einer Sanduhr nimmt die Zahl der noch nicht durch die Öffnung gerieselten Sandkörner bedrohlich ab. Dieser ontologische Übergang im kommenden Tod schmerzt, und zwar bei dem, der geht, und bei jenen Lieben, die bleiben. Der Wert von Gemeinschaft mit einem lieb gewordenen Menschen steigt an; so manchem Menschen wird auch bewusst, dass er mit einzelnen Menschen viel zu wenig Zeit gemeinsam verbrachte, auch das kann schmerzen. Das Denken an das Sterben und an den Tod wühlt das Leben bis auf den Grund auf.<sup>649</sup>

Die Vorstellung tut sehr weh, von geliebten Menschen Abschied nehmen zu müssen – durch den eigenen Tod oder durch jenen der geliebten Menschen, und irgendwann wird es in jedem Leben so weit sein:

- Das Denken an den Tod, an den eigenen und an jenen von Lieben, macht die aktive Hinwendung auf Menschen, die bewusste Liebe zu ihnen größer, und zwar weit über die biologische Funktion hinaus. Diese große – und vielleicht in der Welt der Lebewesen so einzigartige – Liebesfähigkeit verdankt der Mensch dem ausdrücklichen Wissen über seine Endlichkeit; „*der Tod macht die Liebe fühlbarer*“.
- Die Hinwendung auf Menschen, die Liebe steigert den Schmerz des Verlustes, auch schon in der Welt der Vorstellung. Liebe vervielfacht das Leben, aber auch den Tod; „*die Liebe macht den Tod fühlbarer*“.

Der Tod und die Liebe sind insofern intensiv und wechselseitig miteinander verflochten.<sup>650</sup> Der Tod führt zu einer intensiveren Liebe und gleichzeitig zu größeren Schmerzen aus dem – durch den Tod bedingten – Ende dieser Liebe. Ohne das Wissen um den Tod wären Liebe und Schmerzen im Leben kleiner, wohl aber auch die Möglichkeiten zu Glück und Sinn.

Der Tod ist eine empirische Tatsache; am Menschen liegt es, auch ihm eine Deutung zu geben, d. h. eine Vorstellung zu diesem ontologischen Übergang zu entwickeln. Er kann den Tod für relativ erachten, für einen *Abschied auf Zeit*, um später in einem z. B. von Körperlichkeit, Raum und Zeit entbundenen Leben einander wieder zu begegnen. Solche Deutungen des Todes können Menschen Halt und Orientierung im irdischen Leben geben und den Abschied erleichtern. Hält der Mensch den Tod für absolut, für endgültig und ohne die Perspektive eines Aufgehoben-Seins oder Wiedersehens, so ist auch der *Abschied endgültig*.<sup>651</sup>



Zum Umgang mit dem Tod entwickelte und pflegt der Mensch häufig Rituale zur Gestaltung des Abschieds wie z. B. ein letztes Abschied-Nehmen bei einem Sarg, das Zusammenkommen zu Gebetsstunden, die Gestaltung der Beerdigung etc. Da durch gesellschaftliche Tradition oder Religion vorgegebene Verhaltensweisen vielfach verdächtigt werden, den Menschen in seiner freien Entfaltung einzuengen, verwirklichen manche Menschen auch - vermeintlich – neue Rituale zum Abschied wie z. B. das Selbst-Zimmern und Selbst-Verzieren eines Sarges, das Abspielen von moderner Musik, die Anfertigung einer Totenmaske, das Mit-Geben von dem Toten wichtigen Sachen usw.<sup>652</sup>

Stets wird mit dem Tod deutlich, dass das Wesentliche des Lebens entschwinden ist. Für das Wohin hat so mancher Mensch eine Deutung, aber keine Gewissheit. Ein *Grab* bietet dem Menschen einen Ort, um mit einem geliebten Toten in Verbindung zu bleiben, und generell ist das Grab – vor allem eines geliebten Menschen – jener Ort, um an den Tod zu denken: „Bedenke, dass du sterblich bist (*Memento mori*)“. Das Wissen um die eigene Endlichkeit, der *Tod macht* den Menschen

- *tottraurig* und er löst große Schmerzen aus, zugleich macht er ihn
- *lebensfroh* und dankbar dafür, in dieser Welt der so vielen Möglichkeiten – ungeachtet dessen, was auch kommen mag – leben zu dürfen.<sup>653</sup>

Das Grab hilft dem Menschen, mittels des Erinnerung-Werdens an geliebte tote Menschen über den Tod nachzudenken. Das Denken über den Tod ist Voraussetzung dafür, in das eigene Leben zu finden, Mut für das Leben zu schöpfen, einige der Möglichkeiten zu verwirklichen und so Glück und Sinn in vielen Lebenssituationen und vielleicht am Ende – aus der Perspektive des Sterbebettes – einen Sinn des Lebens zu erkennen. Menschen brauchen Gräber, um im Leben Fülle und Sinn zu entwickeln.<sup>654</sup>

„Der Umgang mit dem Tod ist der Schlüssel zum Leben“<sup>655</sup>, schreibt der Philosoph *Wilhelm Schmid*. Den Tod nicht aus dem Leben verdrängen, nicht so leben, also würde es den Tod nicht geben, es gilt mithin, den Tod, das Innehalten und Nachdenken über ihn in das Leben hereinzuholen, um den Wert des Lebens zu erkennen und so das Leben zu gewinnen.

Der Tod ist notwendig, denn er führt zum Leben. „*Im Angesicht des Todes das Leben feiern*“<sup>656</sup>, das heißt, erst im Angesicht des Todes wird dem Menschen bewusst, was er am Leben hat und wie schön es durch ein Sich-Einbringen, also aktive Hinwendung sein kann.

Aber: Der Tod bleibt trotz des Wissens um seine Notwendigkeit eine sehr schmerzhaft, lebenslange Wunde im Leben. Auch das gehört zur Polarität, zur Fülle des Lebens.

## Dem freien und absurden Leben subjektiven Sinn abgewinnen

**W**elche Schlüsse kann der Mensch aus der düsteren Erkenntnis ziehen, sein und jedes Leben seien absurd<sup>657</sup> und durch Unabwendbares, letztlich durch den Tod endgültig, bedroht?

*Erstens* vermag die Absurdität ein unwiderrufliches Gefühl der Sinnlosigkeit des Lebens zu vermitteln. Und wenn schon alles von sich aus keinen Nutzen hat und keinen Sinn in sich trägt, dann ist ja auch die Verzweiflung darüber nutz- und sinnlos! In der finsternen Erkenntnis tut sich hier ein Quäntchen Trost auf!

*Zweitens* könnte man sagen, das Leben sei zwar zufällig und absurd, das heißt aber nicht gleichzeitig, dass es ohne Wert sei. Auch das zufällige und absurde Sein kann der einzelne Mensch für faszinierend und damit für kostbar erachten. In den Werken der Existenzialisten treten immer wieder Personen auf, die über ihr persönliches Warum und Wofür des Lebens reflektieren; man denke etwa an den Anwalt in *Albert Camus'* Werk „Der Fall“.

Der auf seine individuelle Existenz zurückgeworfene Mensch, der also in der Welt ohne Sinn von außen lebt, hat die relative Freiheit zu entscheiden, ob und wie er sein Leben gestaltet, ob und wie er für sich ein Warum und Wege zu seinen Zielen, mithin einen *subjektiven Lebenssinn* entwirft. Der Mensch ist praktisch dazu verdammt, sich selbst Bedeutung in Gestalt eines Warum zu verleihen; er gleicht einem Schauspieler, der ohne die Vorgaben eines Regisseurs, Souffleurs oder Textbuches auskommen muss.<sup>658</sup>

Die Absurdität des Lebens schließt mithin nicht ein, jemand anders die Sinnlosigkeit seines Lebens anlasten zu können. Es ist der Mensch selbst, der über die *Sinnlosigkeit* und *Sinnhaftigkeit* seines Lebens frei entscheidet. Der Preis der menschlichen Freiheit ist, die *Verantwortung* für den Sinn seines Lebens nicht auf andere Menschen oder auf eine höhere Instanz abwälzen zu können, sondern selbst zu tragen! Die Verantwortung für Sinn im Leben ist nicht ein Mal, sondern im Grunde permanent wahrzunehmen; jederzeit kann und soll der Mensch darüber nachdenken, ob er das Leben, wie er es führt, umgestalten möchte.<sup>659</sup>

*Subjektiver Sinn* wird einem nicht „zuteil“, man kann ihn auch nicht „finden“, weil er nicht irgendwo als eine höhere Einsicht bereitliegt oder durch eine höhere Instanz bereitgehalten wird und auf den Adressaten wartet. Vielmehr verlangt subjektiver Sinn das eigene Tun; subjektiven Sinn kann der einzelne Mensch aktiv „erfinden“, also „entwickeln“ oder „formen“.

Das Leben stellt jedem Menschen die Frage nach dem Sinn, also danach, wie er privat, wie er *subjektiv* zu seinem Leben steht. In Freiheit antwortet der Mensch, wobei auch das Beiseiteschieben dieser Frage, das Schuldig-Bleiben einer Antwort, also die *Nichtantwort eine Antwort* ist. Durch sein – in mehr oder weniger großen Zügen – frei bestimmtes Leben gibt der Mensch in jedem Fall Antwort auf die Frage nach Sinn, sei es explizit, indem er sich mit ihr beschäftigt und reflektiert in der Welt einrichtet, sei es implizit, indem er ohne ausdrückliche Antwort vor sich hinlebt. Grundsätzliche Antworten sind demnach einerseits die *Ablehnung* des – absurden und polaren – Lebens und andererseits die *Achtung* des Lebens: Trotz eines fehlenden objektiven Sinns und trotz der Hochs und Tiefs will hier der Mensch aus seinem Leben – in subjektiver Sicht – etwas machen, d. h. subjektiven Sinn entwickeln.

*Subjektiver Sinn* weist mehrere Facetten auf:

- Die *Grundlage* subjektiven Sinns ist die innere Haltung der *Wertschätzung des Lebens*: das *grundsätzliche Ja zum Leben*. D. h. das Leben erscheint insgesamt bejahenswert. Trotz seiner schmerzhaften Polarität, die das Sterben und den Tod einschließt, erachtet der Mensch sein Leben als wertvoll und kostbar. Ohne den *Willen, das Leben zu leben*, ist subjektiver Sinn nicht zu haben.
- *Subjektiver Sinn im Leben* betrifft den subjektiven *Wert einzelner Situationen*, für die Sinn entwickelt wird. Subjektiven Sinn im Leben zu finden, das bedeutet, Spielräume

im Leben zu nutzen, das polare Leben in die Hand zu nehmen, sich hinzuwenden auf das Ich, auf ein Du und auf ein Etwas, und das in Achtsamkeit und Sorge.

- *Subjektiver Sinn des Lebens* betrifft den subjektiven *Wert des Lebens insgesamt*, das aus vielen einzelnen und mit Sinn verknüpften Lebenssituationen besteht. Der subjektive Sinn des Lebens kann dann „mehr“ sein als die Summe der „Situations-Sinne“, wenn über die einzelnen Situationen hinaus das gesamte Leben in einem subjektiven größeren Zusammenhang gesehen wird. Abschließend (und endgültig) kann ein solcher Sinn auf dem Sterbebett entwickelt werden.

Subjektiven Sinn entwickeln, das heißt: Auf einem grundsätzlichen Ja zum Leben aufbauend *nach bejahenswerten Lebenssituationen suchen*. Die Zeit des (irdischen) Lebens ist endlich und obendrein ist sie eigenwillig – nach *Johann Wolfgang von Goethe*: „Die Zeit überschlägt sich wie ein Stein vom Berge herunter, und man weiß nicht, wo sie hinkommt und wo man ist.“ Im Laufe des Lebens vermag der Lebensdruck zu steigen: (1) Der Dampfkessel kann explodieren, und das mit oft schwerwiegenden Folgen für einen selbst und für das Umfeld; Burn-out, Depression, Selbsttötung, Amoklauf etc. zeugen davon. (2) Es kann dem Menschen aber ebenso gelingen, Druck aus dem Dampfkessel abzulassen, und zwar durch Innehalten und Aufbruch zu einem Leben, das mit acht- und sorgsamer Hinwendung gefüllt ist und das bejahenswert erscheint. Die *Subjekte und Objekte der Hinwendung* des Menschen verleihen den einzelnen Lebenssituationen eine subjektive Bedeutung, sie führen zu Glück und Sinn *im* Leben (und höchstwahrscheinlich auch zu einem subjektiven Sinn *des* Lebens).

## Sinn- und glückorientierte Lebenskunst

**D**er Wille zum Sinn sei in den Menschen hineingelegt, sagten wir. Und wie steht es um „das“ Glück im Leben? Fallen Glück und Sinn stets, manchmal oder gar nicht zusammen? *Glück und (Lebens-)Sinn* werden häufig verwechselt, drei wesentliche *Unterschiede* fallen auf:

(1) *Glück* in Gestalt eines „hedonistischen Glücks“, eines „*Moment-Glücks*“ ist eine wunderbare Emotion, ein Hochgefühl, das Lebewesen in bestimmten Begebenheiten spüren; ebenso wie Menschen sind zu solchen Emotionen auch Tiere in der Lage, wie etwa das Gefühl eines Hundes beim Öffnen der Futterdose durch sein „Herrchen“ oder „Frauchen“. Bekommt ein Lebewesen in einem Augenblick das, was es will, dann ist es „hedonistisch glücklich“. Hedonistisches Glück ist ein Wohlfühlglück, das im Moment angesiedelt ist; daher kann man auch von einem „Moment-Glück“ sprechen.<sup>660</sup>

*Sinn* fragt nach *Perspektiven*, Sinn ist eine oder eine Mehrzahl an Lebensperspektiven, die das Leben insgesamt bejahenswert machen, die einen Grund finden lassen, das absurde und polare Leben auszuhalten, und die einzelnen Lebenssituationen Wert verleihen. Eine Perspektive im Leben gibt die Kraft, Unveränderbares und Widrigkeiten zu ertragen und das Veränderbare über die Hinwendung auf das Ich, ein Du und ein Etwas aktiv zu gestalten. Mit einem subjektiven Sinn gibt der Mensch seinem Dasein Bedeutung, er misst ihm Wert bei, entwickelt für sich Ziele, richtet sein Tun auf seine Perspektive(n) aus, gestaltet damit aktiv sein Leben, bringt sich in die Welt mit seinem Tun ein und erfährt auf diese Weise Zufriedenheit, Moment-Glück und Sinn.

Sinn stellt auf *Perspektiven* ab. Und Perspektiven sind nicht wie das Moment-Glück kurzfristig, sondern über *Erinnerungen* und *Visionen langfristig* oder „dauerhaft“ angelegt. Lebenssinn spannt einen roten Faden von der Vergangenheit zur Gegenwart und weiter in die Zukunft eines Menschen: Vergangenes lebt in Erinnerungen fort, für das Eine oder Andere, für die eine oder andere Begegnung dankbar sein zu können, das lässt einen lebensfroh in die Gegenwart gehen; von der Gegenwart in die Zukunft wirken Visionen und Ziele zum eigenen Leben,<sup>661</sup> wirkt die intendierte *Hinwendung* auf sich, wie z. B. im Sinne einer Potenzialentfaltung, auf ein Du, wie z. B. in einer Liebes- oder Freundschaftsbeziehung, und auf ein Etwas, wie z. B. auf ein Studium, auf das Schreiben eines Buches, das Keltern von Wein, das berufliche Fortkommen, die Unterstützung von Kindern, ein Engagement in der Zivilgesellschaft usw.

Kurzum: Erinnerungen (zur Vergangenheit) und Visionen, Ziele (zur Zukunft) lassen langfristige Perspektiven und damit Kraft und subjektiven Sinn für das Leben entwickeln. Und das selbst in Extremsituationen wie bei sehr schweren Erkrankungen oder bei einem Aufenthalt in Gefängnis- und Folterlagern.

(2) Das Phänomen des *Gratifikationsaufschubs* unterscheidet das Glück vom Sinn. Das Moment-Glück entsteht durch die Erfüllung des Willens im Augenblick. Für Sinn wird das momentane Wohlbefinden häufig sogar geschmälert; man macht Anstrengungen für langfristige Visionen und Ziele, man bringt sich in etwas Größeres ein, und dabei weiß man, dass zwar das aktuelle hedonistische Glück darunter leidet, aber auf längere Sicht Lebenszufriedenheit, Lebenssinn entsteht.<sup>662</sup>

Die heutigen Mühen, die das Glück mindern, werden erst in der Zukunft belohnt. Es zeichnet den Menschen aus, nicht auf unmittelbare Reiz-Reaktionsmechanismen begrenzt zu sein, sondern zu einem Gratifikationsaufschub über mehr oder weniger lange Zeiträume hinweg in der Lage zu sein. Beispielsweise werden Anstrengungen für Schule oder Studium im Hinblick auf das Ziel des Schul- und Studienabschlusses und auf eine anspruchsvolle Erwerbsarbeit gemacht, obwohl das augenblickliche Glück darunter leidet. Ebenso können Kinder in einer Familie für die Eltern negativen Stress (Distress) bedeuten, in einem größeren Kontext gesehen mag diese Lebenssituation allerdings Zufriedenheit und Sinn im Leben zu ermöglichen.

Glück ist ein Zug-um-Zug-„Geschäft“. Nur der subjektive Sinn kennt die Anstrengung, das Sich-Einbringen in etwas Größeres mit einem Gratifikationsaufschub.

(3) Glück ist die *direkte* Wirkung einer Handlung; das Genießen einer köstlichen Speise oder eines edlen Weines führt zu dieser positiven Emotion. Sinn lässt sich in der Regel nur *indirekt* entwickeln: Das Ansinnen, auch subjektiven Sinn direkt zu erreichen, indem man Sinn als *unmittelbares* Ziel setzt, wird scheitern. Zu Sinn, Freude, Lust usw. kommt der Mensch nicht dadurch, dass er auf Sinn, Freude und Lust unmittelbar fokussiert. Vielmehr bedarf es eines „Umwegs“, eines „Mittels“, einer „indirekten“ Vorgehensweise: Mittels der *Hinwendung* auf ein Du oder ein Etwas – in *Achtsamkeit* und *Sorge* sowie mit *Begeisterung* verwirklicht – kann der Mensch zu längerfristigem Sinn, zu Freude, Lust und Zufriedenheit etc. kommen, also diese durch eigenes (Mit-)Tun „erfinden“ oder „entwickeln“.

Das eigene visions- und zielorientierte Tun als *Erstursache* und das Du sowie das Etwas als *Zweitursache* führen zu subjektivem Sinn. Der langfristige Sinn ist nur über diesen Umweg zu haben.

*Moment-Glück* und *subjektiver Sinn* sind also unterschiedlich:

- Glück ist kurzfristig, Sinn ist langfristig angelegt.
- Glück ist im Moment verankert, Sinn kennt den Gratifikationsaufschub.
- Glück ist unmittelbare Wirkung, Sinn verlangt nach einem Umweg über ein Du oder ein Etwas.

Eine „*sinn- und glückorientierte Lebenskunst*“ spannt einen roten Faden zwischen Erinnerungen und Visionen, sie formuliert längerfristige Perspektiven, nimmt augenblickliche Glückseinbußen im Interesse längerfristiger Zusammenhänge als Gratifikationsaufschub in Kauf und sie ist geprägt durch die Hinwendung auf ein Du oder auf ein Etwas, aufbauend auf einer positiven Hinwendung auf das Ich. Basis dieser Lebenskunst ist der langfristige Sinnkontext; langfristige Lebenszufriedenheit kann auch dann entwickelt werden, wenn das Dasein objektiv wenig angenehm verläuft.<sup>663</sup>

Das Sahnehäubchen der Lebenskunst – aber eben das Häubchen und nicht die Basis – bilden *schöne Erlebnisse für momentanes Glück*. Auch sie wird man „erfinden“ und mit dem subjektiven Sinnkontext abstimmen, denn, so könnte man salopp sagen, man braucht sich ja nicht jeden „Spaß“ zu versagen.<sup>664</sup>

Eine „*Sinn-Glücks-Pyramide*“ weist als Basis die Erinnerungen und die Visionen, das Größere, die *Perspektiven* mit der Hinwendung auf ein Du und ein Etwas auf, die subjektiven Sinn entwickeln lassen; der Anteil dieser Basis an der Höhe der Pyramide kann im Laufe des Lebens variieren, sie kann auch den weitaus größeren Höhenanteil ausmachen. Die Spitze der Pyramide bilden schöne Erlebnisse, die angenehme Emotionen im Augenblick und damit hedonistisches *Glück* versprechen.

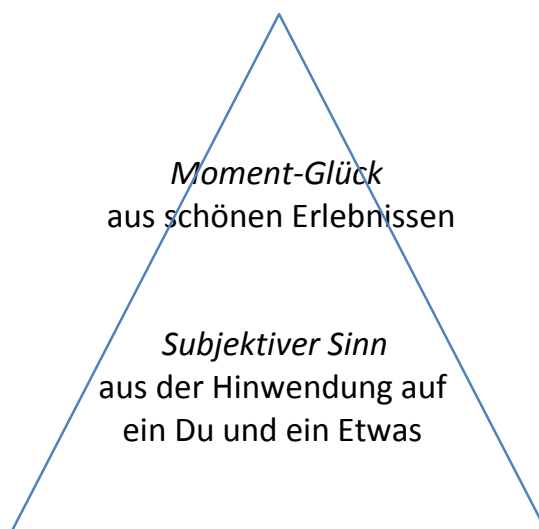


Abbildung 3: *Sinn- und glückorientierte Lebenskunst*

Subjektiver Sinn baut auf Zusammenhängen von der Vergangenheit in die Zukunft und auf Beziehungen zum Ich, zum Du und zu einem Etwas auf. Sinn entwickeln bedeutet also die Bildung und die Errichtung von Zusammenhängen und Beziehungen. Auf diese Weise erscheinen das Leben insgesamt und viele Lebenssituationen *wertvoll und bejahenswert*.<sup>665</sup>

Subjektiver Sinn schafft die *Kraft*, um erstens Visionen und Ziele über die acht- und sorgsame Hinwendung, um Möglichkeiten des Lebens zu verwirklichen, und um zweitens vom Negativen der Polarität des Lebens, vom Falschen des Lebens nicht überrollt, sondern damit fertig zu werden. Ergänzt um schöne Erlebnisse, die zu Moment-Glück führen, kann der Mensch auf diese Weise

*dem falschen (absurden und polaren) Leben  
Richtiges (subjektiven Sinn und Glück) abgewinnen,*

also eine Existenzform entwickeln, die er für erstrebenswert hält. Bei einer sinn- und glückorientierten Lebenskunst fragt der Mensch nicht, was ihm das Leben bringe, er fordert nichts vom Leben und ist nicht trotzig, enttäuscht oder wirsch, wenn es seine passiven Erwartungen nicht erfüllt. Vielmehr verleiht er seinem Leben selbst Bedeutung, er fragt danach, was er „*dem Leben bringen*“, also welche Perspektiven, welches Richtige er entwickeln und verwirklichen könne.

## Sinn und Glück auf vier Ebenen

Subjektiven Sinn und (Moment-)Glück „erfindet“ der Mensch auf drei oder unter Umständen auf vier Ebenen: der körperlichen, seelischen, geistigen und ggf. transzendenten.<sup>666</sup>

(1) Die *sinnliche* Ebene: Sie betrifft die Entfaltung der körperlichen Sinneswahrnehmungen. Die Hinwendung im Leben vermag alle fünf Sinne anzuregen, die Wahrnehmung von „Schönem“ durch ein *Sehen, Hören, Riechen, Schmecken* oder *Tasten* lässt die Vielfalt der Welt und des Lebens erkennen. Der schöne Anblick einer „Augenweide“, das Hören eines Musikstücks, der betörende Geruch einer Blume oder eines Parfüms, der herrliche Geschmack einer Speise, eine innige Umarmung usw. führen zu Moment-Glück und auch zu längerfristigem subjektiven Sinn, die Kraft für das Leben schenken. Ggf. kann auch ein „sechster Sinn für *Bewegung*“, der z. B. einen gemeinsamen Waldlauf wahrnimmt, oder sogar ein „siebenter Sinn für *Energien*“ auf der sinnlichen Ebene etabliert werden.

(2) Die *seelische* Ebene: Sie betrifft *Gefühle* des Menschen in ihren vollen Polarität wie z. B. Freude, Ärger, Fröhlichkeit, Traurigkeit, Lust, Schmerzen, Gewissheit, Angst, Zärtlichkeit, Zorn, Begeisterung, Langeweile usw. Jede Hinwendung auf ein Du und auf ein Etwas geht grundsätzlich mit einer seelischen Berührung einher. Die seelische Ebene setzt auf *gefühlte Zusammenhänge* mit einem Du und mit der Welt. Bejahende Beziehungen in der Liebe, zu Freunden, zu Kollegen usw. lassen das Leben und die Welt schöner werden und lösen positive Emotionen aus; muss ein Mensch solche Beziehungen entbehren, fühlt er sich nicht angenommen, so lassen negative Emotionen sein Leben schnell in Sinnlosigkeit versinken. Ebenso ist die Hinwendung auf ein Etwas eine Quelle von Glück und Sinn auf der seelischen Ebene.

(3) Die *geistige Ebene*: Sie betrifft Ideen, Gedanken und „*innere Bilder*“. Es ist der einzelne Mensch selbst, der zu einem Du, zu einem Etwas, ja zu jeder Lebenssituation ein solches Bild malt. Die geistige Ebene nimmt unseres Erachtens eine *Schlüsselposition* bei der Entwicklung von Sinn und Glück ein.

Innere Bilder können einen Menschen stark, ausdauernd und neugierig machen, ihm Mut und Zuversicht trotz aller Widrigkeiten schenken, sie können ihn aber ebenso schwächen, sein Blickfeld verengen, ihm Angst machen, zu Resignation und Verzweiflung führen. Innere Bilder – zu sich selbst, zu einem Du, zu einem Etwas, ja zur ganzen Welt – entwickelt und trägt der Mensch in seinem Kopf und sie bestimmen sein Denken, Fühlen und Handeln.<sup>667</sup>

In einer reflektierten Lebenskunst geht der Mensch seinen inneren Bildern nach und arbeitet bewusst an ihnen. *Erkenne dich selbst*, das heißt herauszufinden, worin die eigenen inneren Bilder bestehen, woher kommen sie, was bewirken sie und wohin führen sie mich. Mit dem Nachdenken über die inneren Bilder beginnt der Mensch die bewusste Arbeit an ihnen. Solche „inneren Bilder“ tragen verschiedene *Namen wie*: Ideen, Gedanken, Vorstellungen, Haltungen, Einstellungen, Traditionen, Überlieferungen, Glaubensbekenntnisse usw.<sup>668</sup>

Innere Bilder sind im Gehirn als Verschaltungen von Nervenzellen angelegt, sie sind dort als Muster verankert und so steuern und lenken sie den Menschen. Dank der Plastizität des Gehirns kann der Mensch durch bewusste Arbeit an sich selbst, durch „*Selbsterziehung*“ auch auf die neuronalen Verschaltungen in seinem Gehirn einwirken. Die *bewusste Arbeit an inneren Bildern* lässt letztlich auch erkennen, was der Mensch an diesem Leben hat, wie schön und kostbar es ist, wenigstens für eine begrenzte Zeit lebendig zu sein.<sup>669</sup>

Die Entwicklungsgeschichte der inneren Bilder eines Menschen reicht von bloßen Handlungsanleitungen zum Überleben bis zu Visionen zur Selbst- und Weltgestaltung. Sie stammen zunächst von innen, d. h. aus dem individuellen Bauplan für Nervenschaltungen, dann aus epigenetischen Vorgängen im Mutterleib, nach der Geburt von außen über die Ausreifung der Sinnesorgane und über Bezugspersonen und Vorbilder; diese Erfahrungen können den Blick öffnen oder verengen, Neugier und Lust an der Entdeckung und Gestaltung der Welt oder aber Ängste und Unsicherheiten erzeugen. Mit zunehmendem Alter kann der Mensch an die *bewusste Kultivierung der inneren Bilder* gehen, und zwar erstens der individuellen Bilder und zweitens durch das Sich-Einbringen in die Gesellschaft der kollektiven Welt- und Menschenbilder, die eine Gesellschaft z. B. über Vorstellungen zu Gerechtigkeit und Solidarität zusammenhalten.<sup>670</sup>

Innere Bilder bestimmen das individuelle und das kollektive *Sein* und sie lenken das *Werden* des Einzelnen und von Gemeinschaften. Innere Bilder<sup>671</sup>

- strukturieren das Gehirn und lenken seine Sinneswahrnehmungen bis hin zu einer selektiven Wahrnehmung;
- bestimmen das Denken, Fühlen und Handeln bis hin zu sog. „neuronalen Autobahnen“<sup>672</sup>, d. h. Verhaltensmustern, über die ein Mensch nicht mehr reflektiert und von denen er kaum noch „abzuzweigen“ imstande ist;
- prägen das Zusammenleben z. B. in einer Familie, in einem Unternehmen und in anderen Gemeinschaften, ebenso prägen sie die sexuelle Selektion – über für attraktiv erachtete körperliche Merkmale sowie wertvolle seelische und moralische Qualitäten

- oder die emotionale und soziale Kompetenz mit Empathie, Umsicht und Verlässlichkeit;
- verändern die Welt, denn das Leben ist über die materiellen Strukturen, an die es gebunden ist, hinaus ein geistiger Wachstumsprozess, und da ist – bei einem kritischen Blick auf die Welt von heute – noch sehr viel Wachstum über individuelle und kollektive innere Bilder möglich; „*der Übergang vom Affen zum Menschen sind wir*“, das meinte hierzu schon der Verhaltensforscher und Nobelpreisträger *Konrad Lorenz* (1903 bis 1989); vielleicht gelingt es eines Tages sogar, *globale Visionen* – über grundlegende Menschenrechte hinaus – zum Leben und zum Zusammenleben in der Welt wie Vertrauen, wechselseitige Wertschätzung u. ä. als innere Bilder in den Gehirnen der Menschen verankert zu wissen.

Individuelle und kollektive innere Bilder sind immens formbar, entwickelbar, „erfindbar“, und zwar durch *Erziehung, Sozialisation, Selbsterziehung, Bildung und Kultur*. Der Mensch kann mehr als alle anderen Lebewesen seinen Schatz an inneren Bildern bewusst erhalten, verändern, erweitern und an folgende Generationen weitergeben.<sup>673</sup>

Das zentrale Mittel, um „falsche“ und „richtige“ innere Bilder voneinander zu unterscheiden, ist jenes Wissen, das erstens jeder Mensch für sich und zweitens jede Gemeinschaft von Menschen im Laufe ihrer Geschichte gewinnt und ansammelt. Das ist Wissen, um sich selbst, um die individuelle gesellschaftliche Rolle, um die Gemeinschaft und die Welt sowie auch die Herkunft und die Bedeutung der inneren Bilder für den Einzelnen und für die Gemeinschaft zu begreifen. Hirnforscher betonen heute, dass der Mensch von Natur aus mit der Geburt über Neugier, Entdeckerfreude, Lust am Gestalten, Vertrauen und den Mut zu lieben verfüge. Es ist Lebenskunst, in der Sozialisation eines Menschen (durch Eltern, Schule etc.) dieses *innere Bild der Zuversicht* nicht mit „falschen Bildern“ – der Angst, des Misstrauens, der Resignation und Verzweiflung – zu übermalen, sondern es erstens zum Wachsen zu bringen und zweitens den jungen Menschen dazu anzuregen, dieses Bild der Zuversicht im Leben selbst bewusst weiterzuentwickeln.<sup>674</sup>

Es ist das *innere Bild der Zuversicht*, das eine sinn- und glückorientierte Lebenskunst ausmacht. Nur mit dieser grundsätzlichen Ausrichtung lässt sich mit der Polarität des Lebens, lässt sich mit all dem Schmerz und Leid, letztlich mit dem Sterben und dem Tod, also *mit dem Falschen leben*. Das innere Bild der Zuversicht lässt den Menschen nicht verzagen, macht ihm keine Angst vor den Widrigkeiten des Lebens, empfiehlt ihm nicht das Sich-Verschließen oder gar den Ausstieg, die Abwahl des Lebens, vielmehr macht es *Mut* und gibt *Kraft*, Neues zu entdecken, sich dem Ich, dem Du und einem Etwas zuzuwenden und auf diese Weise – trotz der Polarität des Lebens – Moment-Glück und längerfristigen *Sinn* für sich zu entwickeln. Mithin dient das innere Bild der Zuversicht dazu, das Leben in die eigene Hand zu nehmen und vielen Lebenssituationen Richtiges abzugewinnen.

Auf dem – für die Hinwendung auf das Leben unverzichtbaren – inneren Bild der Zuversicht aufbauend kann dieser *das Leben bejahende Mensch* Ziele und Zwecke seines Lebens entwickeln, die seinem Weg Orientierung geben und die ihn im Leben beflügeln. Mit Zielen entwickelt der Mensch einen „teleologischen Sinn“, er sieht all sein Tun im Hinblick auf seine Ziele, er weiß, wofür er lebt, einer Erwerbsarbeit nachgeht und wofür er sich immer wieder auch abmüht und hin und wieder leidet. Mit persönlichen Zielen und Zwecken werden das Warum



und das Wozu, also die Perspektiven im Leben klar. Aus ihnen schöpft der Mensch auch den Mut und die Kraft, gegen Schwierigkeiten und Widrigkeiten auf dem Weg anzukämpfen.

Zuversicht und persönliche Ziele im Leben zu haben, das setzt gedankliche Arbeit voraus, gleichzeitig weisen sie einen Weg zu subjektivem Sinn und Glück. Und obendrein vermögen Zuversicht und Ziele, Hoffnung und Mut auch die Physis des Menschen, vornehmlich sein Immunsystem, positiv zu beeinflussen.

(4) Die *transzendente* Ebene: Sie kommt als fakultative Ebene hinzu und betrifft einen Zusammenhang über das Irdische hinaus, sie sieht den Menschen eingegliedert in einen großen Zyklus zwischen dem vergehenden und dem werdenden Leben. Dank der Transzendenz können sich Menschen darüber bewusst sein, dass das Leben nach ihnen weitergeht, dass sie im Gedächtnis folgender Generationen und vielleicht sogar – nach dem irdischen Leben – jenseits von Raum und Zeit weiterleben werden.

Intensive sinnliche Erfahrungen, starke Gefühle und über das Irdische hinausgehende innere Bilder vermögen dem Menschen die Ahnung einer transzendenten Dimension zu vermitteln. Der Mensch kann den Eindruck gewinnen, dass es „etwas Größeres, etwas Höheres“ gebe, und das ungeachtet der Unmöglichkeit einer naturwissenschaftlichen Beweisführung, die aber für die Entwicklung und die Erfahrung dieser Ebene des Sinns und Glücks auch nicht nötig ist.<sup>675</sup>

Die transzendente Ebene bietet dem Menschen seine Einbettung in einen langfristigen Horizont; das endliche Leben wird in eine unendliche Dimension hineingestellt.<sup>676</sup> Sie ist einerseits eine Rückbindung an einen *Ursprung*, an eine Quelle, die in religiöser Sprache ein „Schöpfer“, „Schöpfergott“, „Vater“ sein kann, und sie enthält andererseits ein *Ziel* des irdischen Lebens, nämlich die Rückkehr, den Übergang in diese unendliche, raum- und zeitlose Dimension.

Die transzendente Dimension öffnet sich für einen Menschen dann, wenn er sich nicht bloß als einen Organismus, der im „zerebralen Zirkel von Gehirn und Bewusstsein gefangen“ ist, nicht bloß als ein Geschöpf der eigenen Gehirntätigkeit sieht, wenn er über eine radikal naturalistische und empirische Sicht des Menschen hinausgeht und sich einer grundlegenden Erfahrung als „Geschöpf“, als „Teil eines vom Geist gefüllten Ganzen“ öffnet. Hierbei kann ein „Gefühl der inneren Verwandtschaft mit dem Ganzen“, ein „Gefühl der transzendenten Geborgenheit“ entstehen.<sup>677</sup>

Ein „*neurowissenschaftliches Menschenbild*“ meint, der Menschen sei im Wesen sein Gehirn, das u. a. die raffinierte Fähigkeit hat, ihn glauben zu machen, er wäre etwas, das deutlich darüber hinaus geht. Bei einem solchen „Hirnfundamentalismus“ gibt es *keinen freien Willen*; vornehmlich die Experimente des US-Physiologen *Benjamin Libet* und darauf aufbauender Hirnforscher sollen dies belegen. Die Evolution ließe den Menschen bloß im Irrglauben, im Sinne eines Überlebensvorteils nicht fremdgesteuert zu sein, sondern Dinge aus freien Stücken herbeiführen zu können. Das „*zerebrokratische Paradox*“ liegt darin, dass es demnach keinen freien Willen gebe, gleichzeitig es aber als schwere geistige Erkrankung gilt, sich umfassend unfrei, also einer Diktatur des Gehirns unterworfen, zu sehen. Schwerwiegende Konsequenzen tun sich etwa für die Rechtsanwendung auf, wo es um die „Freiheit“ und „Würde“ des Menschen, um die Zurechnung von Straftaten und um Bestrafung geht; müsste

etwa eine Bestrafung auf das Wegsperrn und das Beheben zerebraler Fehlfunktionen und Abnormalitäten setzen?<sup>678</sup>

Relativiert werden neurobiologische Vorstellungen von der Unfreiheit dadurch, dass für Entscheidungen *neuronale Verschaltungen* im Gehirn nötig sind und solche wollen zunächst gebildet werden, etwa durch (*Selbst-)Erziehung und Erfahrung*. Selbst hirneurophysiologisch unfreie Entscheidungen sind also grundgelegt in Verschaltungen der Neuronen im Gehirn, die früher und auch bewusst geschaffen wurden; damit sind sie zwar nicht im Augenblick, aber in der mittel- und langfristigen Sicht *frei*.

Statt von einer „Diktatur des Gehirns“ von einem „*Primat des Geistes*“ zu sprechen, bedeutet, im Ursprung des Seins und Daseins des Menschen nicht einen geistlosen Stoff, eine tote Materie oder Energie zu sehen, nicht darauf zu setzen, dass aus dem Urknall durch Evolution auch die geistige Landschaft entstand, sondern dass der „Geist“ des Bewusstseinswesens Mensch etwas ist, das zeitlos am Anfang bereits vorhanden war. Das ist die spirituelle Dimension des Kosmos, aus dem Empfinden, bewusstes Wahrnehmen und Selbstbewusstsein hervorgehen. Das Primat des Geistes spricht die Alltagserfahrung an, „ich hätte mich auch anders entscheiden können“. Es ist unverzichtbar für eine Gesellschaft, die auf Freiheit und Würde setzt. *Der Mensch hat, aber ist nicht sein Gehirn*. Und damit ist der Mensch grundsätzlich offen für eine transzendente Dimension.<sup>679</sup>

Sich in eine „unendliche Dimension“ eingebettet zu ahnen und zu wissen, kann das irdische Leben bedeutend erleichtern: Eine transzendente Dimension *entlastet das Leben*, sie befreit von Lebensstress in der Art, dass man diesem einen irdischen Leben „alles“, also sehr, sehr viel abverlangen müsse, dass man sich an dieses Leben klammern müsse, denn mit dem Tod sei alles vorbei. Die Transzendenz macht eine *unverkrampte Liebe zum Leben* möglich.<sup>680</sup>

Vornehmlich in psychotherapeutischen Ansätzen wie der Logotherapie von *Viktor E. Frankl* kam man zum Befund,

- dass *Angst* im Leben genau das hervorruft, wovor man sich fürchtet, und
- dass eine *Hyperintention*, also eine *übertriebene Absicht*, genau das verhindert, was man sich wünscht.<sup>681</sup>

Therapeutisch ansetzen kann man bei *Erwartungsangst* vornehmlich über die Umkehrung der Einstellung des Patienten, nämlich über den Ersatz der Angst durch den „paradoxen Wunsch“ nach dem Gegenstand der Angst („Methode der paradoxen Intention“<sup>682</sup>), bei der *Hyperintention* über den Abbau der Hyperreflexion. Sowohl diese Methoden als auch die Erfahrung einer transzendenten Dimension *nehmen Angst und Druck im Leben*, und zwar sowohl aus dem Leben insgesamt als auch aus einzelnen Lebenssituationen.

Eine transzendente Ebene kann dem Menschen auch Antworten auf „*das große Warum und Wozu*“ des Lebens bieten:<sup>683</sup>

- Das Warum des Lebens könnte darin bestehen, dass sich in der kosmischen Entwicklung das Leben als besonders ausbaufähig erwies.
- Das Wozu des Lebens könnte in der Verwirklichung dessen liegen, was im Weltall möglich ist, es vermag in der Ausschöpfung von Entwicklungsmöglichkeiten zu bestehen.
- Das Wozu des *menschlichen* Lebens könnte aus evolutionärer Sicht in der Verwirklichung weiterer Möglichkeiten, in einem Beitrag zur Biodiversität gesehen werden.

Demnach ist der Mensch ein Wesen, das den großen Reichtum des Kosmos um eine besondere Form des Lebens erweitert und das die Entfaltung und Verwirklichung von Möglichkeiten zu einem großen Teil mitgestalten und selbst wahrnehmen kann. Daraus folgt: Der subjektive Sinn im und des Lebens liegt in der *Entfaltung von Leben*: Was sind meine Möglichkeiten, welche Möglichkeiten kann ich durch aktives Tun schaffen, respektiere ich die Möglichkeiten anderer Menschen, wie reagiere ich auf Kollisionen der eigenen Möglichkeiten mit jenen anderer Menschen etc.?<sup>684</sup> *Der Sinn des Lebens ist das Leben selbst.*<sup>685</sup>

Sowohl das Gelingen als auch das Misslingen der Verwirklichung von Möglichkeiten bieten Raum für Glück und Sinn, auch auf einer transzendenten Ebene, und zwar in der Art einer „individuellen Evolution“. Das Weltgeschehen könnte man so sehen, dass im Kleinen, also im individuellen Leben erprobt wird, was dann im Großen Verbreitung finden kann; die *allgemeine* Evolution profitiere von der *individuellen*, in die sich der Mensch aktiv einbringt.<sup>686</sup>

Die transzendente Ebene meint die Einbettung des Menschen in eine unendliche Dimension, aus der er subjektiven Sinn und Glück entwickeln kann. Dagegen ist das – schon angesprochene – Konzept der „Selbsttranszendenz“ bei *Viktor E. Frankl* ein diesseitiger logotherapeutischer Ansatz, bei dem es um den Ersatz einer neurotischen Beschäftigung mit dem Ich – in Gestalt einer narzisstischen Selbstüberhöhung, aber auch Selbstmitleid oder Selbstverachtung – durch eine Hinwendung auf ein Du oder ein Etwas geht.<sup>687</sup>

Die folgende Abbildung verbindet den Inhalt einer *sinn- und glückorientierten Lebenskunst*, nämlich dem absurden und polaren Leben subjektiven Sinn und Glück – über die Hinwendung auf ein Du und ein Etwas sowie über schöne Erlebnisse – abzugewinnen, mit den *vier Ebenen* von Sinn und Glück, nämlich der körperlich-sinnlichen Ebene, der seelischen (Gefühle), der geistigen (innere Bilder) und der transzendenten (überirdischer Zusammenhang). Dank der *Hinwendung* auf das Du – die Achtsamkeit und Sorge für das Ich voraussetzt – und auf ein Etwas entwickelt ein Mensch „Bedeutung“, die das Leben wertvoll, kostbar und lebenswert erscheinen und so *subjektiven Sinn und Glück* entstehen lässt.

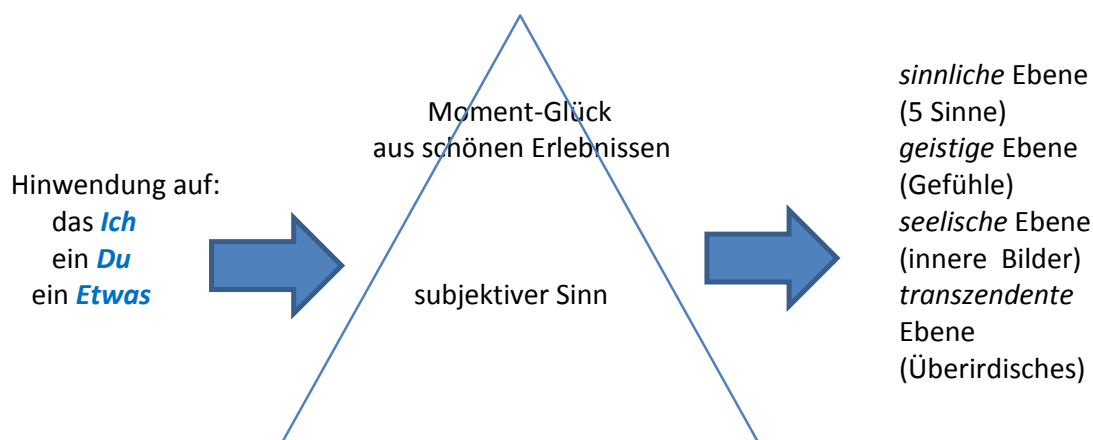


Abbildung 4: Durch Hinwendung Glück und Sinn auf vier Ebenen

## Sinn entwickeln und Sinnräuber

**S**ubjektiver Sinn und Glück können nicht gefunden, gekauft, bei einer Anstalt für Sinn und Glück abgeholt werden etc., vielmehr muss sie der einzelne Mensch selbst entwickeln, „erfinden“. Durch aktives Tun verleiht der Mensch (dem Ich sowie) einem Du und einem Etwas Bedeutung. In der Regel sind „das Du“ und „das Etwas“ im Plural zu sehen, d. h. im Normalfall zieht der Mensch subjektiven Sinn und Glück aus mehreren Beziehungen zu Menschen, etwa zu einem Partner und zu mehreren Freunden, und aus verschiedenen Aufgaben, etwa aus einer Erwerbsarbeit und aus zivilgesellschaftlichen Engagements.<sup>688</sup>

Sinn und Glück entwickelt der Mensch innerhalb seiner Freiheit subjektiv für sich. Das Leben eines Menschen ist allein schon deshalb kostbar, weil es das einzige ist, das er hat. Daher gilt es, das Leben wertzuschätzen und nicht zu „verplempern“, also daraus für sich etwas zu machen. Sich das Leben anzueignen, bedeutet, von seinen Talenten ausgehend in den vielen Situationen des Lebens das Gestaltbare und Veränderbare, die Möglichkeiten des Lebens durch Reflexion auszuloten und die eine oder andere Hinwendung aktiv zu verwirklichen.<sup>689</sup>

Was einem Menschen wichtig ist, welchen Sub- und Objekten seine Hinwendung gilt, woraus er also Sinn und Glück entwickelt, das mag sehr unterschiedlich sein, wie z. B. aus Liebesdiensten für seine Familie, aus der Hilfe für arme Menschen, aus einer beruflichen Karriere, aus der Schaffung von Kunstwerken, aus der Anhäufung von Besitz und Geld usw. Entscheidend ist, das eigene Leben zu leben, es also selbst in die Hand zu nehmen. Und selbst wenn man bei einer Hinwendung gesteckte Ziele und Visionen verfehlt, so fühlt man sich zumindest besser als es erst gar nicht versucht zu haben.<sup>690</sup>

Mit Zielen und Visionen zu scheitern, bedeutet nicht, in eine Sinn- und Lebenskrise zu schlittern. Lebenskunst verlangt keinen Perfektionismus, vielmehr ist ein solcher sogar der Feind der Lebenskunst. „*Fehler im Leben*“, also z. B. einen Beruf, einen Partner, Freunde, Engagements oder Anderes als falsch empfinden, das gehört zur Polarität des Lebens. In der Lebenskunst kommt es nicht darauf an, keine Fehler zu machen, also perfekt zu sein, sondern auf das Fruchtbar-Machen von Fehlern, sich also zu fragen, was ist im Leben aktuell und subjektiv ein Fehler und was kann man aus diesen Fehlern lernen.<sup>691</sup>

Sinn und Glück im Leben hängen also nicht davon ab, immer alles „richtig“ zu machen. Der Mensch hat die Freiheit, seine Hinwendungen im Leben immer wieder neu auszurichten, und er soll dabei auch die Fähigkeit entwickeln, mit verfehlten Zielen und Visionen umzugehen, Fehler und vielleicht sogar Krisen als solche zu erfahren und – auch wenn es schmerzhaft ist – durchzustehen und zu überwinden.<sup>692</sup> So kann der Mensch auch „Fehlern“, die Teil des polaren Lebens sind, Richtiges abgewinnen.

Zu den Hinwendungen eines Menschen werden andere ihre Meinung haben und vielleicht auch kundtun. Man möge sich diese Einschätzungen anhören, darüber reflektieren und sie ggf. berücksichtigen. Stets soll man aber *selbst darüber entscheiden*, welchen Menschen und welchen Objekten man sich in welcher Weise zuwendet. Ein schlechtes Gewissen braucht man dabei solange nicht zu haben, als man in seiner Hinwendung vornehmlich anderen Menschen, ggf. auch „der Welt“, nicht schadet. Jeder andere Mensch verdient Respekt, der Mensch kann ohne soziale Einbindung gar nicht leben, auch die außermenschliche Welt verdient Respekt, aber kein Mensch muss einem bestimmten anderen Menschen seine Hin-

wendung schenken. Subjektiver Sinn und Glück entwickelt jeder Mensch für sich, indem er acht- und sorgsam in der Welt aktiv lebt, also nicht tot ist, das Leben wertschätzt und ihm subjektiv Richtiges abgewinnt.<sup>693</sup>

Die Fähigkeit zu Sinn und Glück ist zweifellos auch eine Frage der Persönlichkeit: Relevant sind dabei die genetischen Voraussetzungen, die der Mensch zufälligerweise mitbekommt, die epigenetischen Freischaltungen der Gene, die erst mit zunehmendem Alter selbst beeinflusst werden können, und die lebenslange Selbsterziehung des Menschen, auch vor dem Hintergrund der Plastizität seines Gehirns. Das sog. „Naturell“ eines Menschen, das sein Temperament einschließt, kann der Entwicklung von Sinn und Glück förderlich, aber auch hinderlich sein.<sup>694</sup>

Hält sich ein Mensch für unfähig, subjektiven Sinn und Glück zu entwickeln, so mag hierfür seine *Persönlichkeit* wesentlich beizutragen, sie gänzlich zum „Sinnräuber“ zu erklären, legt aber den Schluss nahe, sich aus der Verantwortung für sein Leben einfach verabschieden zu wollen. Selbst bei großen Widrigkeiten der Persönlichkeit lassen sich, ggf. unter Anleitung von Helfern wie Therapeuten, subjektive Lebensperspektiven erfinden.

Über Merkmale der Persönlichkeit hinausgehende „Sinnräuber“ sind:<sup>695</sup>

- *Fehlende Visionen und Ziele*: Hat ein Mensch z. B. keine liebevolle Beziehung zu einem Partner, fehlt ihm eine Erfüllung in der Erwerbsarbeit, bereitet ihm eine Beschäftigung in der Freizeit keine positiven sinnlichen oder anderen Erfahrungen, kommt er mit einem physischen oder psychischen Leiden, mit dem Verlust von Gesundheit, von liebgewonnenen Menschen, des Arbeitsplatzes usw. nicht zurecht, dann erscheinen diese Lebenssituationen ohne Perspektive, was Sinn und Glück verhindert.
- *Fehlende Bedeutsamkeit*: Hat ein Mensch den Eindruck, in der Welt im Allgemeinen und in seinem Leben im Besonderen nichts bewirken zu können, über das Geschehen um ihn herum und in seinem Leben selbst keine Kontrolle zu haben, so erscheint das Leben ohne Perspektive, dieser Eindruck raubt Sinn und Glück.
- *Fehlende soziale Einbindung*: Sieht sich ein Mensch wider Willen einsam, also isoliert, gehört er keinen Gemeinschaften an, so fühlt er sich nicht angenommen, fremd auf dieser Welt und damit überflüssig. Von einer Einsamkeit wider Willen im Sinne von „loneliness“, die häufig zu Symptomen der Depressivität führt, ist jene im Sinne von „solitude“ zu unterscheiden, die der Mensch zeitweise suchen kann, um zu reflektieren, um sich der Besinnung auf sich selbst hinzugeben.<sup>696</sup> Ohne soziale Einbindung verkümmert der Mensch, denn er ist auf soziale Resonanz, auf das Angenommen-Sein durch andere angewiesen, ihr Fehlen raubt Sinn und Glück.
- *Inkompatible Lebensbereiche*: Der Mensch „zieht“ Sinn und Glück aus mehreren Lebensbereichen. Kollidieren diese in Bezug auf Visionen und Ziele, zu denen auch Wertvorstellungen wie z. B. Fairness gehören können, so entstehen Spannungen. Muss man etwa in der Erwerbsarbeit Kunden in einer Art und Weise gewinnen und behandeln, die man im privaten Umgang mit Menschen nicht nur vermeidet, sondern verabscheut, so gehen Sinn und Glück aus den inkompatiblen Lebensbereichen verloren.

Positiv formuliert gehören zu einer *sinn- und glückorientierten Lebenskunst* eine adäquate Persönlichkeit, Visionen und Ziele, die Überzeugung von der eigenen Bedeutsamkeit, die

soziale Einbindung und die Kompatibilität der Lebensbereiche. Für alle diese *Zutaten* trägt der Mensch eine *Mitverantwortung* im Ausmaß des Veränderbaren. „*Sein Leben leben*“, das bedeutet, sein Lebenskunstwerk selbst zu gestalten und so zu Sinn und Glück zu kommen.

## Sinn und Glück über Geld entwickeln?

**Z**ur Entwicklung von Sinn und Glück über Geld scheinen zwei Hypothesen seit Jahren als unbestritten: Erstens gäbe es eine Einkommens- und Glücksobergrenze (1), zweitens würde bei jedem Einkommensniveau ein Gewöhnungseffekt eintreten (2).

(1) Die Ökonomen *Daniel Kahneman* (\*1934) und *Angus Deaton* (\*1945) – mittlerweile beide Nobelpreisträger für Wirtschaftswissenschaften – stellten in empirischen Untersuchungen eine *Jahreseinkommens- und Glücksobergrenze* von umgerechnet etwa 50.000 bis 60.000 Euro fest, bis zu diesem Jahreseinkommen steige das Glück an, jenseits dieser Grenze stagniere das Glück, weiteres Einkommen führe also zu keiner weiteren Steigerung des Glücks, auch die Freude am Leben und das Lachen würden nicht weiter zunehmen. Hypothesen zur Begründung einer Glücksobergrenze setzen an der Befriedigung der grundlegenden Bedürfnisse im Leben an; danach bedeute mehr Geld nicht mehr Glück.<sup>697</sup>

Neuere empirische Analysen zeigen allerdings, dass es *keine* natürliche Einkommens- und Glücksobergrenze gäbe, dass auch oberhalb einer vermeintlichen Grenze das Glück weiter steige, wenngleich die Zuwächse kleiner werden. Absolut wachse Glück mit steigendem Einkommen, d. h. mehr Geld bedeutet im Allgemeinen auch mehr Glück, aber der Anstieg des Glücks sei *unterproportional*; so würde eine Erhöhung des Einkommens von 60.000 auf 120.000 Euro nicht auch das Glück verdoppeln.<sup>698</sup>

(2) Der *Gewöhnungseffekt* stellt darauf ab, dass Menschen ihr Streben nach Glück und Zufriedenheit an praktisch jede veränderte Lebenssituation anpassen könnten. So wäre etwa ein Lottogewinner nach einer Übergangszeit nicht glücklicher als zuvor, Ähnliches gelte für den Eintritt einer Querschnittslähmung durch einen Unglücksfall. Von Glücks- und Unglücksfällen heimgesuchte Menschen würden sich an die neuen Umstände gewöhnen und nach einiger Zeit nicht mehr oder weniger Glück als zuvor empfinden.<sup>699</sup>

Auch diese Hypothese erscheint neueren Forschungen zufolge, etwa des Psychologen *Ed Diener*, fragwürdig: Lottogewinner wären in den meisten Fällen nach einigen Jahren klar glücklicher als vor dem Gewinn. Querschnittsgelähmte erreichten meist auch Jahre nach dem verursachenden Vorfall nicht das höhere Glücksniveau der früheren Zeit. Auch Gehaltssteigerungen würden letztendlich glücklicher machen; zwar würden eine gewisse Gewöhnung an das höhere Einkommen und steigende (Konsum-)Ansprüche eintreten, aber ein Rest der Gehaltssteigerung verbliebe, der dauerhaft glücklicher und zufriedener mache.<sup>700</sup>

Der Effekt von Geld ist nicht auf Moment-Glück begrenzt. Untersuchungen zeigen, Geld sei mehr als ein rational eingesetztes Tauschmittel und könne über kurzfristiges Wohlbefinden hinaus auch die längerfristige Zufriedenheit erhöhen und insofern eine Sinnperspektive bieten. Bei der Möglichkeit, Glück und Sinn (auch) über Geld zu entwickeln, komme es allerdings entscheidend darauf an, *wie und wofür man es einsetzt*.

„Geld gemeinsam ausgeben“, das würde Menschen – Experimenten der Psychologin *Lara Aknin* zufolge – mehr Glück und Zufriedenheit beschern als es für sich allein auszugeben, schließlich verbringt man dabei auch eine gemeinsame Zeit, man verwirklicht eine – Sinn und Glück verheißende – Hinwendung auf Menschen. Ähnliches gelte für „Geld schenken“ und „Geld spenden“: Sie bedeuten eine Hilfe, eine Zuwendung für und Hinwendung auf andere Menschen, die das Belohnungssystem des Schenkers und Spenders aktivieren und die kurzfristiges Wohlbefinden und langfristigen Sinn versprechen.<sup>701</sup> Rein altruistisches Schenken und Spenden gibt es demnach kaum, denn stets führt es zu einem Zugewinn an Glück und Zufriedenheit.

Geld für sich selbst auszugeben, auch das lässt Sinn und Glück entwickeln, sofern man – der Psychologin *Elizabeth Dunn* und dem Ökonomen *Michael Norton* zufolge – vier kaum überraschende Strategien verfolgt: Erstens möge man sich *Zeit und Freiheit kaufen* wie z. B. unliebsame Hausarbeiten an bezahlte Helfer abgeben oder einen dem Arbeitsplatz näheren Wohnsitz erwerben. Zweitens möge man *vorher und nicht erst nachher bezahlen*; anderenfalls würde man immer wieder an den unangenehmen Vorgang der Zahlung erinnert werden, also z. B. einen Urlaub oder ein Auto vor dem Genuss und Gebrauch bezahlen. Drittens möge man sich lieber *selten etwas Besonderes gönnen* als sich dauernd viele normale Wünsche erfüllen; ein solches Maß-Halten steigere das Glück und den Sinn aus den einzelnen Käufen. Viertens möge man Geld *eher für Erfahrungen als für Konsumgüter* ausgeben, die schon nach kurzer Zeit nicht mehr gebraucht werden, technisch überholt sind usw.; Erlebnisse böten längerfristige positive Effekte.<sup>702</sup>

Sowohl für das Moment-Glück als auch für subjektiven Sinn gilt offenbar, dass mehr Geld besser ist als weniger und dass es gleichzeitig sehr darauf ankommt, für wen und wofür man es einsetzt. Eine Fixierung auf Geld erscheint kontraproduktiv.<sup>703</sup> Geld ist in einer reflektierten Hinwendung auf das Ich, ein Du und ein Etwas zu verwenden, um in ihm Sinn entwickeln zu können.

## Glück und Sinn durch „Pendeln um die Goldene Mitte“

**D**as auf *Aristoteles* zurückgehende Prinzip der Goldenen Mitte wird durch die moderne Persönlichkeitspsychologie bestätigt: Einseitigkeiten in der Psyche, seien sie frühkindlich oder später erworben, machen das Leben schwer, sie bremsen und blockieren die Verwirklichung von Talenten, die Entfaltung von sog. *Selbstkompetenzen*. Erst diese erlauben dem Menschen, seine Potenziale zu erkennen, Ziele entsprechend den eigenen Möglichkeiten und Bedürfnissen zu setzen, aus Fehlern zu lernen, sich der Verwirklichung von Zielen, auch von längerfristigen über einen Gratifikationsaufschub, zuzuwenden usw. Selbstkompetenzen sind dem Menschen zum einen gegeben, zum anderen sind sie lebenslang zu entwickeln; Selbstkompetenzen sind für jede Art von Hinwendung nötig, mithin sind sie die *Grundlage für Glück und subjektiven Sinn*.<sup>704</sup>

Das polare Leben des Menschen hält erstens so manche Schwierigkeit und Frustration bereit. „*Frustrationstoleranz*“ bedeutet, Rückschläge bei der Verfolgung schwieriger Ziele anzunehmen und sie nicht zu verdrängen. „*Selbstmotivation*“ heißt, den für die Erreichung von Zielen nötigen Mitteleinsatz aufzubringen. *Pendeln um die Goldene Mitte* bedeutet erstens, einen Mittelweg von (passivem) *Sich-Abfinden* und (aktiver) *Selbstmotivierung* zu finden.<sup>705</sup>

Das polare Leben hält Schmerz und Leid bereit. „*Schmerztoleranz*“ bedeutet, leidvolle Erfahrungen zuzulassen und anzunehmen, sie nicht zu verdrängen. „*Selbstberuhigung*“ heißt, leidvolle Erfahrungen in den eigenen Erfahrungsschatz bewusst aufzunehmen, sie durch ein Wachsen am Leid zu bewältigen. *Pendeln um die Goldene Mitte* bedeutet zweitens, einen Mittelweg von (passivem) *Sich-Abfinden* und (aktiver) *Selbstberuhigung* zu finden.<sup>706</sup>

Um in einer polaren Welt Glücksmomente und subjektiven Sinn entfalten zu können, bedarf es eines Ausgleichs zwischen der *Akzeptanz des Negativen* und den beiden Schlüsselkompetenzen

- der „*Selbstmotivierung*“, die Wege zur Bewältigung so mancher Schwierigkeit und Frustration bietet, und
- der „*Selbstberuhigung*“, die leidvolle Erfahrungen aktiv aufnehmen und daran wachsen lässt.

Diese Schlüsselkompetenzen kann der Mensch bis in das hohe Alter lernen und einüben, und zwar vornehmlich durch die gute Gemeinschaft mit und die Hinwendung auf andere Menschen, also durch ein Annehmen und Angenommen-Sein: Erfahrene Ermutigung wird mehr und mehr zur Selbstmotivierung, erfahrene Beruhigung mehr und mehr zur Fähigkeit der Selbstberuhigung.<sup>707</sup>

In Achtsamkeit und Sorge miteinander verbundene Menschen entfalten für das Selbst und für das Du:

- *Selbstmotivation* (trotz eigener Frustration),
- *Selbstberuhigung* (trotz eigenen Leids),
- *Fremdmotivation* (trotz Frustration beim Du) und
- *Fremdberuhigung* (trotz Leids beim Du).

Eine solche Hinwendung auf das Du baut eine Brücke, die das Wohl des Du und über die Hinwendung auf das Du ebenso das Wohl des Ich fördert, es liegt eine *Win-win-Situation* vor, aus der der Mensch Momente des Glücks und subjektiven Sinn gewinnen kann.

Dass Menschen nach Glück und subjektiven Sinn streben, dagegen hat etwa auch *Immanuel Kant* nicht nur nichts einzuwenden, vielmehr gebietet die Vernunft, erstens Mitmenschen beim Finden von Glück und Sinn zu unterstützen und zweitens das eigene Streben dort zu begrenzen, wo die Freiheit anderer Menschen bedroht erscheint. Humane Lebewesen verwirklichen ihre Interessen nicht im Sinne eines Rudelverhaltens mit einer Rangordnung vor allem nach physischer Stärke. In der Würde sind alle Menschen gleich, ungeachtet der individuellen Fähigkeiten und Schwächen. Daher kann auch niemand das Recht für sich beanspruchen, Glück und subjektiven Sinn auf Kosten anderer Menschen durchzusetzen. Bei der Entwicklung von Glück und Sinn sollen und können die Menschen – kraft ihrer Vernunft – aufeinander Rücksicht nehmen.<sup>708</sup>

Glück und subjektiven Sinn unter Beachtung der Menschenwürde und in Achtsamkeit und Sorge für Mitmenschen zu entwickeln, bedeutet, ein „*befriedetes Leben*“ zu führen:

- „*Frieden mit sich selbst*“, eine innere Ausgeglichenheit bieten gefundenes Glück und entwickelter Sinn, und das nicht nur auf einer intellektuellen Ebene, also im Kopf, sondern auch in einem körperlich-sinnlichen, in einem emotionalen und ggf. auch in einem transzendenten Kontext.
- „*Frieden mit dem Mitmenschen*“ über das Annehmen und Angenommen-Sein, über die Rücksichtnahme auf die Freiheit anderer Menschen, über die Entwicklung eines



gemeinsamen, also kollektiven Glücks und Sinns; in einer Diskursgesellschaft wird es ein ständiges Bemühen um „Gerechtigkeit“, also um eine Ausgewogenheit der Ansprüche der Gemeinschaft und des Einzelnen geben.

- „*Frieden mit der Welt*“ über das Bewusstsein, als Mensch Teil der Welt zu sein und sie für sein Streben nach Glück und Sinn verantwortungsvoll nutzen zu können.
- „*Frieden mit Gott*“, auch diese Dimension kann ein „befriedetes Leben“ bereithalten, nämlich über das Bewusstsein, als Mensch an eine überirdische Dimension rückgebunden zu sein und nach dem Tod in sie zurückzukehren.

Für ein „ausgewogenes“ und „befriedetes“ Leben bedarf es adäquater Rahmenbedingungen, vornehmlich gesellschaftlicher Natur: die Abdeckung von grundlegenden physiologischen und Sicherheitsbedürfnissen durch einen gewissen Wohlstand, aber auch Rechtsstaatlichkeit, Geschlechtergerechtigkeit, gesellschaftliche Toleranz und ebenso keine zu ungleiche Einkommens- und Vermögensverteilung. Mit diesen Faktoren erklären soziologische Studien zwei Drittel bis drei Viertel der internationalen Unterschiede in der „Lebenszufriedenheit“; derartige Differenzen sind mithin nicht dominant eine Sache der Kultur (im engeren Sinn).<sup>709</sup>

Für Glück und Sinn *innerhalb* von Gesellschaften lautet die Glücksformel offenbar: „*Haben, Lieben, Sein*“:

- „*Haben*“ steht für die materielle Ausstattung (Vermögen, Einkommen), die im Rahmen der Hinwendung auf ein Du und ein Etwas als Instrument zur Entwicklung von Glück und Sinn dienen kann; Arbeits- und Einkommenslosigkeit reduziert im Allgemeinen die Möglichkeiten in den einzelnen Lebenssituationen und damit auch für Glück und Sinn in drastischer Weise; so wirkt sie sich in der Regel auch negativ auf soziale Kontakte aus.
- „*Lieben*“ stellt auf die soziale Einbindung und die soziale Wertschätzung ab; sich in Gemeinschaften als Mensch angenommen zu wissen und andere Menschen wertschätzen zu können, einander in wechselseitiger Achtsamkeit und Sorge zu begegnen, das ist für ein glück- und sinnerfülltes Leben unverzichtbar.
- „*Sein*“ stellt auf ein aktives Leben mit der Hinwendung auf ein Du und ein Etwas, auf die Fähigkeit, sich für Menschen, Aufgaben, Sachen usw. zu begeistern, auf die engagierte Entfaltung von Potenzialen u. ä. ab.

Aus der Formel „*Haben, Lieben, Sein*“ wird jedenfalls auch deutlich, dass eine einseitig wirtschaftlich orientierte Sicht auf Glück und Sinn viel zu kurz greift. Gerade aus einer nicht geldlich orientierten Hinwendung auf ein Du und ein Etwas vermag der Mensch Moment-Glück und Sinnerfahrungen zu generieren.<sup>710</sup>

Glück und Sinn sind mithin aktiv aus Lebenssituationen zu schöpfen, zu entwickeln. Die passive Frage „Was will ich *VON* dieser Welt?“ entspricht der (akzeptablen) Einstellung eines Kleinkindes oder eines Erwachsenen mit Beeinträchtigungen. Die einer *aktiven* Glücks- und Sinnenentwicklung adäquaten Fragen erwachsener Menschen lauten

- „*Was will ich IN dieser Welt?*“, sie zielt auf die aktive Gestaltung der beeinflussbaren Aspekte des Lebens, vor allem auf die – begeisterte – Potenzialentfaltung, und
- „*Was will ich FÜR diese Welt?*“, sie zielt auf die Teilhabe an (Bereichen) der Gesellschaft, auf soziale Einbindung, auf das vielfältige Sich-Einbringen in verschiedene Gemeinschaften.<sup>711</sup>

## Für Sinn und Glück arbeiten?

**E**ine Lebenskunst mit Glücksmomenten und längerfristigen Sinnperspektiven stellt sich nicht von selbst ein. Sie will laufend entwickelt werden und erfordert insofern Arbeit in der Art eines Trainings. Auf dem Weg zu Glück und Sinn stehen

- erstens die *Gedanken* und die *inneren Bilder* und
- zweitens das *Mitgefühl* mit anderen Menschen, also die *Empathie*

im Fokus. Eine solche Lebenskunst erfordert die Reflexion, das Sich-bewusst-Machen und die Kontrolle über die eigenen Gedanken und Gefühle.<sup>712</sup>

Eine gesteigerte Konzentration, zu der der Mensch auch mittels spezieller Übungen kommen kann, ist für die Ordnung und die Kontrolle der *Gedanken und inneren Bilder* nötig. Sie schafft Klarheit darüber, was dem Ich, auch in der Hinwendung auf ein Du und auf ein Etwas, im Hinblick auf Glück und Sinn gut tut. Gedanken und innere Bilder, die als *negativ*, als zerstörerisch gesehen werden, gilt es bewusst auszuschalten, *positive*, also erbauende, Sinn und Glück versprechende sollen bewusst hervorgerufen werden.<sup>713</sup>

Seine Gedanken und inneren Bilder steuern zu können, das macht den Weg frei, auf dem in einzelnen Lebenssituationen Glück und Sinn subjektiv entwickelt werden können. Mit der Arbeit an der eigenen Gedankenwelt beginnt das subjektive Erfinden von Glück und Sinn.<sup>714</sup>

Die Reflexion über die und die bewusste Lenkung der eigenen Gedanken und inneren Bilder kann man auch „Selbsterkenntnis“ nennen. Der alte Auftrag: „*Erkenne dich selbst!*“ bedeutet im Kern, konzentriert zu sein, um zu sich selbst, also zum Ich zu kommen, um Sinn und Glück im Leben zu entwickeln. Die – zu erarbeitende, also trainierbare – Konzentration erlaubt, hilfreiche von zerstörerischen, tröstende von trostlosen, positive von negativen Gedanken und Bildern zu unterscheiden. Es liegt am Einzelnen, diese Fokussierung zu trainieren.<sup>715</sup>

Das Mitgefühl, die *Empathie* ist eine besondere Emotion. Auf dem Weg zu Glück und Sinn kommt der empathischen Hinwendung auf ein Du eine zentrale Rolle zu, denn der Mensch ist kein isoliertes Wesen, wie es etwa der Homo Oeconomicus als Theoriekonstrukt in den Wirtschaftswissenschaften ist, sondern ein *Homo Relationis*: Ohne das Du stirbt der Mensch, auch in der Art, dass er kaum zu Glück und nicht zu subjektivem Sinn im Leben findet.<sup>716</sup> An der eigenen Beziehungsfähigkeit kann und muss der Mensch arbeiten, denn die Hinwendung beschert ihm über den Umweg des Du, das im Angenommen-Werden ebenfalls Glück und Sinn entwickeln will, eigenes Glück und Sinn.

Die moderne Hirnforschung zeigt die im Prinzip lebenslange Plastizität des menschlichen Gehirns. Sie ermöglicht, auch die für Zuwendung und Fürsorge zuständigen Hirnareale durch gezieltes Üben zu stärken. Mitgefühl und die Fähigkeit der Hinwendung auf ein Du können also durch eigenes Tun trainiert werden.<sup>717</sup>

„Für Glück und Sinn arbeiten“, das heißt den *Blick* auf sich selbst, auf andere Menschen und auf die Welt zu hinterfragen, bewusst zu formen und zu steuern, also den Blick auf das Ich, das Du und die Welt für subjektives Glück und Sinn zu schärfen, zu trainieren.<sup>718</sup>

## Sinn aus Erwerbsarbeit?

Subjektiven Sinn entwickelt ein Mensch dann aus seiner Erwerbsarbeit, wenn er ihr – analog zum Leben insgesamt – *Bedeutung* abgewinnen kann. Doch wie kann man das schaffen?<sup>719</sup>

Kann der Mensch aus jeder, auch aus einer stupiden, aus einer monotonen, aus einer subalternen und ähnlichen Arbeit Sinn entwickeln? Grundsätzlich sollte man es vermeiden, von äußeren Merkmalen einer Arbeit direkt auf die Lebenszufriedenheit der Arbeitenden zu schließen, denn ein vorschnelles Urteil kann leicht ein falsches sein. Eine „öde“ Arbeit muss nicht Unzufriedenheit auslösen.<sup>720</sup>

Auf den ersten Blick mögen der äußere Glanz, das Sozialprestige und das hohe Einkommen maßgebend sein: Je höher diese objektiven Faktoren ausgeprägt sind, umso größer seien der Wert der Arbeit, also die dabei empfundene Freude, die daraus abgeleitete Zufriedenheit und damit der über die Arbeit entwickelte subjektive Sinn.<sup>721</sup>

Empirische Studien zeigen allerdings zweierlei: *Erstens* hänge die Lebenszufriedenheit von Menschen weniger von der *Art* der Erwerbsarbeit als vielmehr von Faktoren wie Gesundheit, Familienleben und finanzielle Sicherheit ab. Zweifellos wirkt sich die Erwerbsarbeit auf diese Faktoren aus, allerdings besteht kein allgemein gültiger Zusammenhang zur Art der Arbeit, denn z. B. kann eine sehr hoch angesehene und fürstlich entlohnte Arbeit auf die Gesundheit oder das Familienleben negativ wirken oder auch in ihrem Bestand massiv bedroht sein. Es ist Lebenskunst, unabhängig von Ausbildung, Status, Einkommen usw. in Erwerbsarbeit eine subjektive Bedeutung hineinzulegen.<sup>722</sup>

In Erwerbsarbeit lediglich den nötigen täglichen Broterwerb zu sehen, auch das erscheint auf den ersten Blick als „Bedeutung“ von Arbeit. Ein solcher Blick, ein solches inneres Bild seiner Erwerbsarbeit bedeutet die Reduktion der Erwerbsarbeit auf ihre instrumentelle Funktion. Wenn die Erwerbsarbeit für einen Menschen nicht mehr als ein Instrument des Broterwerbs ist, er mit ihr also keine weitergehenden Ambitionen und Gefühle verbindet, dann sind Glück und Sinn auf der sinnlichen, geistigen, seelischen und transzendenten Ebene kaum zu entwickeln.

*Zweitens* zeigen Studien, dass Menschen mit ihrer Erwerbsarbeit dann eine hohe Zufriedenheit entwickeln, wenn sie *drei Qualitäten* in ihrem Tun verwirklichen:<sup>723</sup>

- *Engagement*: Sich in die Arbeit positiv einbringen, auch dann, wenn man sich nur als ein kleines und schnell austauschbares Rädchen in einem großen Getriebe sieht; *jede (!) Arbeit mit Freude tun*;
- *Exzellenz*: Sich nicht mit „Dienst nach Vorschrift“ zufrieden geben, vielmehr die Güte seiner Arbeit optimieren, *jede Arbeit so kompetent wie möglich ausführen*;
- *Ethik*: Arbeit in Achtsamkeit und Sorge vor allem für andere Menschen ausführen, *jede Arbeit sozial verantwortlich tun*.

Diese sog. „drei-E-Qualitäten“ bilden das Ideal eines erfüllten Arbeitslebens, in dem Moment-Glück und subjektiver Sinn entwickelt werden können. Die „drei E“ können aber kollabieren, wenn sehr starke *Gegenkräfte* wirken. Vielfach sind das unterschiedliche, *einander widersprechende Ansprüche* an den Arbeitenden wie z. B. bei einem Lehrer, der zwischen

Schülern, Eltern und Behörden, oder bei einem Arzt, der zwischen dem Wohl der Patienten und der Erlösoptimierung der Klinik sich zerrieben sieht. Den „drei E“ schädliche Gegenkräfte entstehen auch dann, wenn das *Gehalt* eines Arbeitenden *nicht ausreicht*, um seinen und den Lebensunterhalt seiner Familie zu decken.<sup>724</sup>

*Bedeutung* kann der Mensch seiner Erwerbsarbeit dann abgewinnen, wenn er mit ihr eine *Perspektive*, einen größeren, d. h. über das augenblickliche Tun hinausgehenden, Zusammenhang entwickelt. Das berühmte Beispiel der *drei Steineklopfer*, das in unterschiedlichen Varianten erzählt wird, illustriert die Aufgabe: Der erste sieht in seiner Arbeit das Zerkleinern von Steinen, der zweite will damit seine Familie ernähren, der dritte eine Kathedrale bauen.<sup>725</sup> Eine Variante hierzu lautet – mit dem gleichen Aussagegehalt: Der erste macht Ziegelsteine, der zweite baut einen Spitzbogen und der dritte eine Kathedrale.

Welche Bedeutungs- und damit Sinnzusammenhänge eine Erwerbsarbeit bietet, das hängt von Merkmalen der Persönlichkeit und von sehr vielen Variablen ab, auf deren Ausprägung der Arbeitende oft kaum oder gar keinen Einfluss hat. Das betrifft z. B. den konkreten Umgang mit Vorgesetzten, Kollegen und eigenen Mitarbeitern, mit Kunden, Lieferanten, anderen Geschäftspartnern, mit Vertretern von Behörden und der Öffentlichkeit usw., Einflüsse aus dem eigenen Umfeld wie der Familie oder aus der eigenen Gesundheit etc. Diese Vielfalt an oft zufälligen Einflüssen lässt die Erwerbsarbeit manchmal Paradies und Hölle zugleich sein: Kollegiale Unterstützung und Wettbewerbsdenken; Selbstverwirklichung, Freude, Stolz und Neid Anderer, Intrigen, Mobbing; Eustress, Talente, Potenzialentfaltung und Distress, Ärger, Demütigung etc.<sup>726</sup> Analog zum polaren Leben kann man von der *Polarität des Erwerbslebens* sprechen. Auch die zahlreichen negativen und positiven Facetten der Arbeit gehören zur Fülle des Lebens und auch hier ist dem Falschen Richtiges abzurufen.

Der Befund eines Menschen über seine Erwerbsarbeit kann auch desaströs ausfallen. Für diese Situation des gänzlich Falschen, also der völligen Unzufriedenheit, raten Psychologen zu bedächtigen Änderungen. Also: Nicht alles hinwerfen, sondern Spielräume ausloten, Stärken erkennen, Handlungsmöglichkeiten entwickeln und umsetzen und den „Idealjob“ um sich herum selbst bauen.<sup>727</sup> „Glück und Sinn aus Erwerbsarbeit“, das verlangt selbst Arbeit, nämlich das aktive Entwickeln oder „Er-Finden“ von Richtigem, von subjektiver Bedeutung.

Bei der Entwicklung von Sinn aus Erwerbsarbeit kommt zweifellos den direkten Vorgesetzten eine wichtige Rolle zu. Führen sie in einem Klima der bewusst erzeugten Furcht um den Arbeitsplatz, der expliziten Konkurrenz u. ä. oder sind sie imstande, Mitarbeitern in authentischer, also nicht aufgesetzter Weise, Wertschätzung, Lob und Anerkennung zu vermitteln? Besteht in einem Unternehmen eine Atmosphäre der negativen oder der positiven Emotionalität? Die Antworten auf solche Fragen wirken direkt auf die Freude bei und die Zufriedenheit mit der Erwerbsarbeit.<sup>728</sup>

Die heute vielerorts populäre Rede von einer „*Work-Life-Balance*“ ist insofern problematisch, als sie nahe legt, Erwerbsarbeit gehöre nicht zum eigentlichen Leben, sei insofern auf ein unverzichtbares Maß zu reduzieren und stehe der Entwicklung von Freude und Zufriedenheit im Leben entgegen. Lebenskunst, die sich der ganzen Polarität des Lebens stellt, sieht auch in der *Erwerbsarbeit* eine *Quelle für Glück und subjektiven Sinn*. Es liegt am einzelnen Menschen, auch in der Erwerbsarbeit Glück und Sinn aktiv zu erfinden.

Den Begriff der Work-Life-Balance könnte man durch jenen der „*Work-Life-Harmony*“ ersetzen.<sup>729</sup> Er drückt aus, dass Erwerbsarbeit integraler Bestandteil eines Lebens sein, dass Erwerbsarbeit ebenso wie dem restlichen Leben Richtiges abgewonnen werden kann, um so zu Glücksmomenten und subjektivem Sinn im und des Lebens – auf den verschiedenen Ebenen – zu gelangen.

## Hinwendung – aus Mitgefühl (Schopenhauer) *und* aus Vernunft (Kant)?

Die „Würde des Menschen“ kann man darin sehen, dass er „Zweck in sich selbst“, „Zweck an sich“ und niemals bloß Instrument eigenen oder fremden Handelns ist (nach *Immanuel Kant*). Die Würde des Menschen führt zu einem Umgang in Achtsamkeit und Sorge, und zwar in Bezug auf sich selbst, auf Mitmenschen und andere Lebewesen sowie auf die Welt. Eine so verstandene Würde des Menschen dient als Grundlage für unterschiedlichste „Tugenden“, also Einstellungen oder Handlungsmaximen.

Die schmerzhaften und leidvollen Seiten des – nicht nur menschlichen – Lebens, das „*Unglück*“ in der Welt, all dies ist augenscheinlich. *Arthur Schopenhauer* sieht (schon) in der „anschauenden Erkenntnis“ des Leids in der Welt eine ausreichende Grundlage für mitmenschliches, für ein an der Würde des Menschen ausgerichtetes Verhalten. Das Unglück in der Welt reiche, um *Mitleid und Menschenliebe* zu entfalten, einer abstrakten Erkenntnis bedürfe es hierfür gar nicht mehr.<sup>730</sup>

Handlungsmaximen, also grundlegende verhaltensbestimmende Vorstellungen, sind unterschiedlich wirksam: Staatliche Einrichtungen setzen Normen dank ihres Gewaltmonopols (weitestgehend) durch, eine auf Vernunft begründete „Pflichtenethik“ im Sinne *Kants* würde nach *Schopenhauer* ebenso wenig Wirksamkeit entfalten wie religiöse Moralprinzipien. Einzig und allein ein durch das allgegenwärtige Unglück in der Welt entstehendes Mitleid wirke „entschieden und wahrhaft wundersam“.<sup>731</sup> Eine naturwissenschaftliche Erklärung liefert die moderne Hirnforschung mit den sog. „Spiegelneuronen“, die Schmerzen beim Anblick fremden Leids auslösen.

Sobald der Mensch auf fremdes (und eigenes) *Leid* blickt, werde er davon erfüllt, er würde keinen anderen Menschen, ja kein anderes Lebewesen verletzen oder beeinträchtigen, er würde ihm nicht weh tun, ihm mit Nachsicht begegnen, ihm verzeihen und helfen, kurzum: alle Handlungen wären – von der Achtung der Würde getragen – durch *Gerechtigkeit und Menschenliebe* geprägt.<sup>732</sup> Die Begründung einer Ethik mit dem Unglück und Leid in der Welt hat auch die Autorität von *Jean-Jacques Rousseau*, dem „tiefen Kenner des menschlichen Herzens“<sup>733</sup>: Der Mensch habe das „angeborene Widerstreben, seinesgleichen (und sich, Anmerkung A. B.) leiden zu sehen“, humanitäres Handeln sei nichts anderes als ein „Mitleid“, ein „Mitgefühl“ letztlich mit der ganzen Menschheit. Der Wunsch, dass jemand (und auch dass man selbst) nicht leidet, bedeute doch nichts anderes als zu wünschen, dass dieser Mensch (und dass man selbst) glücklich wird. Je stärker die Hinwendung auf einen Menschen ist, umso inniger ist das Verhältnis, umso mehr identifiziert er sich mit dem Mitmenschen und umso mehr leidet er mit.<sup>734</sup>

In einer modernen Diktion des „Mitleids“ und „Mitgeföhls“ würde man von „*Empathie*“ sprechen, die zu einem Umgang in Achtsamkeit und Sorge führt. Empathisches Verhalten wird so zu einer – und vielleicht sogar zur einzigen – natürlichen „Tugend“ des Menschen. Wohlwollen und auch Freundschaft sind so Folgen einer empathischen Hinwendung auf ein Du: Das Du soll möglichst nicht leiden und *das* erfahren, was ihm gut tut, Glücksmomente beschert und ggf. auch (subjektiven) Sinn entwickeln lässt.

Der empathische Umgang miteinander ist sowohl Mitfreude als auch Mitleid. Das *Wohl des Anderen* zu wollen, indem man achtsam und in Sorge für ihn handelt, dieses empathische Verhalten soll beim Anderen Negatives hintanhaltend und Positives fördernd, es soll angenehme Sinneserfahrungen, positive Geföhle und wohltuende innere Bilder auslösen, ggf. auch ein transzendentes Verankert-Sein erkennen lassen. Und diese Hinwendung auf den Mitmenschen wirkt auf die empathische Person zurück: Das verminderte Wehe, das beförderte Wohl, das Glück und der subjektive Sinn beim Anderen, zu dem man mehr oder weniger viel durch sein Handeln beitragen durfte, lässt eigenes Glück und eigenen Sinn (er)finden, denn – ganz im Sinne von *Viktor E. Frankl*: Der Weg zum eigenen Glück und Sinn führt über die *empathische Hinwendung*.

Die empathische Hinwendung auf ein Du ist vornehmlich eine Frage des Mitföhls, nämlich des Spürens, was das Leid des Anderen mindern und was seine Freude, sein Glück und seine Sinnfindung unterstützen könnte. Die Wirklichkeit lehrt, dass es auch hartherzige Menschen gibt. So ist zu fragen, ob solche Unterschiede zwischen Menschen angeboren und festgeschrieben sind.

*Schopenhauer* und viele andere Denker (zum Teil bis in unsere Zeit hinein) gehen davon aus, die „ethischen Grundtriebfedern“, diese „*Charaktere*“ wären jedem Menschen mit der Geburt mitgegeben und stünden ein Leben lang fest: „Wollen lässt sich nicht lernen“, meinte etwa *Seneca* (4 v.Chr./v.d.Z. bis 65 n.Chr./n.d.Z.), oder *Platon* (428 bis 348 v.Chr./v.d.Z.): „durch Belehrung wird nie der böse Mensch zu einem guten gemacht“ und weiter: „Tugend ist weder angeboren noch lehrbar, sondern sie wird durch die göttliche Fügung, ohne den Verstand, denen zuteil, welchen sie zuteil wird“, ebenso *Aristoteles*: „denn gerecht und mäßig und tapfer und anderes mehr zu sein, ist uns schon von Geburt an zu eigen“. *Immanuel Kant* „klärt auf“ mit dem Hinweis, dass dem empirischen Verhalten des Menschen auch „der intelligible Charakter“ zugrunde liege; der Mensch könne kraft seiner Vernunft nach verallgemeinerbaren Maximen handeln und wäre insofern nicht in einem erhaltenen Charakter gefangen.<sup>735</sup>

Die modernen (Natur-)Wissenschaften bringen hierzu die Genetik, die Epigenetik, die Sozialisationen und die Plastizität des Gehirns bzw. Selbsterziehung ein:

Erstens bietet die „*Genetik*“ eine reichhaltige Erstausrüstung des Menschen, auch in Bezug auf Verhaltensmuster, doch es ist zweitens Sache der „*Epigenetik*“, Gen-Schalter auf „ein“ zu stellen und damit zu entscheiden, welche Gene tatsächlich aktiviert werden; es sind vor allem äußere Einflüsse während der Schwangerschaft, in den ersten drei Lebensjahren und in der Pubertät eines Menschen, die hierbei entscheidend sind. Drittens wirken „*Sozialisationen*“ auf Verhaltensmuster ein, und zwar die primäre Sozialisation des Kindes durch seine Eltern und alle sekundären Sozialisationen in späteren Gemeinschaften wie Kindergarten, Schule, Betrieb, Sportverein usw.

Viertens wirkt *Selbsterziehung*: Die lebenslange Plastizität des menschlichen Gehirns bedeutet, dass die neuronalen Verschaltungen und damit auch Verhaltensmuster grundsätzlich das ganze Leben hindurch beeinflussbar sind. Darauf aufbauend erlebt die Selbsterziehung, die Arbeit an sich selbst eine Renaissance. Denn der Mensch hat es auch selbst in der Hand, eingefahrene Verhaltenspfade und Einstellungen, also „neuronale Autobahnen“<sup>736</sup>, zu verlassen und sie zu einem vernetzten Straßensystem zurückzubauen. Allerdings erfordert ein solcher Umbau ein intensives, beständiges und oft mühsames *Üben*. Gerade die Selbsterziehung setzt – um mit *Kant* zu sprechen – einen starken intelligiblen Charakter, also Vernunft und Willenskraft voraus.

Doch aller vernunft- und religionsbegründeten Umformung des menschlichen Charakters hält schon *Schopenhauer* entgegen: „Wenn ... eine Besserung des Charakters möglich wäre, so müsste wenigstens im Durchschnitt ein Fortschritt in der Menschheitsgeschichte erkennbar sein. Doch es ist augenscheinlich, dass die Welt keinen humanistischen Fortschritt macht.“<sup>737</sup> Mit Süffisanz fügt er hinzu, dass darüber hinaus ein solcher Fortschritt auch im Leben des *einzelnen* Menschen beobachtbar sein müsste: Demnach müssten Menschen im Alter besser werden, tatsächlich würden aber, so *Schopenhauer*, gerade im Alter schwierige Charaktere hervortreten.<sup>738</sup>

Die Empirie lehrt, dass es um den humanistischen Fortschritt der Menschheit in keiner Weise gut bestellt ist. Was *Schopenhauer* etwa in der Mitte des 19. Jahrhunderts resignierend feststellte, gilt für die Zeit danach in noch viel stärkerem Ausmaße: Blutige Revolutionen, Kriege, gar zwei Weltkriege, die Schoa, Genozide, Todesstrafen, Folterungen, Unterdrückungen und ähnliche Unrechtserfahrungen *sind schwerste Verwerfungen und Niederlagen des Humanismus*. „Es ist uns nicht erlaubt, weil die gegenwärtige Zeit gegen die Gesetze der Vernunft handelt, an der Kraft der Vernunft zu zweifeln“, selbst im Dunkeln könne sie einen Schein der Hoffnung auf eine Einheit der Menschheit, auf Verständigung zwischen den Völkern kraft Vernunft und Humanismus bieten, schrieb *Stefan Zweig* (1881 bis 1942) inmitten heftigster Rückschläge.<sup>739</sup>

Auch die Kultur des Umgangs der einzelnen Menschen miteinander scheint im Durchschnitt immens verbesserungsfähig: Das gilt im Großen wie im Kleinen. So waren und sind Verbalinjurien zwischen politischen Wettbewerbern an der Tagesordnung; vergleicht man etwa den *Umgangston* in der Politik der Weimarer Republik oder der österreichischen Ersten Republik, beide endeten in Tragödien, mit jenem, der heute in Deutschland, Österreich, den USA usw. zwischen Politikern, aber auch in der politischen Berichterstattung und in (sozialen) Medien üblich zu sein scheint, so wird einem bange. Das „Rüpel-Land“ ist allgegenwärtig und vom Ideal einer offenen Diskursgesellschaft scheint man meilenweit entfernt zu sein; da darf es nicht verwundern, dass sich manche oder gar viele vom gesellschaftlichen Diskurs enttäuscht zurückziehen. Und auch im Kleinen machen sich Individualisierung und Egoismen, ja vielerorts Rücksichtslosigkeit, Bosheit und narzisstische Auswüchse breit, alles *humanistische Rück- statt Fortschritte*.

Ist der Rückzug aus dem Diskurs und von vielen Menschen gar geboten, um ein Menschenfreund bleiben zu können? Ist die menschliche Vernunft im Allgemeinen zu schwach, um eingefahrene Verhaltensweisen, um Charaktere zu ändern, um sie vom Geiste her zu wandeln? Wie ist es um die hellen und dunklen Seiten des Menschen bestellt?

*Aristoteles* setzt etwa auf den tugendhaften Menschen mit *gemeinsamen* Interessen in der Polis.<sup>740</sup> Der Mensch sei als „zoonpolitikon“ ein soziales Wesen, das Haltung, eine Tugend einzuüben habe, die zum kollektiven Glück führt; im Fall eines Konflikts zwischen Ich- und Wir-Glück sei das Ich-Glück zu opfern.<sup>741</sup> Anzumerken ist, dass die dabei fokussierten Bürger ausschließlich eine Gruppe privilegierter Männer waren, die selbst nicht arbeiteten und für sich Frauen und Sklaven arbeiten ließen, deren Interessen nicht weiter interessierten.

*Thomas Hobbes* stellt dagegen vornehmlich *konfligierende* Interessen fest; der Mensch ist dem Menschen ein Wolf, zumindest solange er sich nicht zu einem Staatswesen kraft Vernunft zusammenschließt. Der moderne Kulturtheoretiker *René Girard* (1923 bis 2015) sieht das menschliche Begehren und nicht die Rationalität im Vordergrund; der Mensch würde begehren, was und weil andere begehren. *Girard* spricht von einer „*Entfesselung des Begehrens*“, die Rivalität, Aggressivität und Gewalt zwischen Menschen hervorruft; die menschliche Vernunft reiche für die Kanalisierung von Gewalt nicht aus, wie das keineswegs geringer werdende Gewaltpotenzial in der Welt zeige. Frieden vor allem in Gruppen zu finden, das gehe häufig auf Kosten von Sündenböcken, denen vielfach in blindem Zorn Gewalt angetan werde. Die diffuse, auf Begehren fußende Rivalität und die Gewalttätigkeit aller gegen alle zeichnen ein eindrückliches Bild der – „falschen“ – Welt. *Girard* meint, nur eine „Sakralisierung der Gewalt“ könne den Teufelskreis der Gewalt durchbrechen.<sup>742</sup>

*Immanuel Kant*, der auf die Kraft, ja auf die Omnipotenz der menschlichen Vernunft setzt, geht von *gemeinsamen und konfligierenden* Interessen aus, er kennt neben den hellen auch die dunklen Absichten und Wege realer Menschen, so dass er von einer „*ungeselligen Geselligkeit*“ spricht und für einen Staat mit Gewaltmonopol eintritt.<sup>743</sup>

Der Mensch ist im Allgemeinen weder nur oder überwiegend „gut“ noch nur oder überwiegend „böse“, er ist *bipolar* angelegt. Auch können nicht alle Menschen durch eine entsprechende Sozialisation – in Familien, Bildungseinrichtungen, Unternehmen etc. – grundsätzlich oder überwiegend „gut“ gemacht werden. Menschen mit, so könnte man formulieren, einer „gestörten Persönlichkeitsstruktur“, die etwa zu gewaltsamen Übergriffen führt, wird es immer geben, und zwar trotz aller guten Erziehung, Bildung und sozialen Umfeldler. In diesen Fällen braucht es die staatliche Gewalt, vornehmlich Polizei und Justiz, um die Gesellschaft zu schützen.<sup>744</sup>

Doch, so kann man fragen, wie erfolgreich waren bisherige Versuche, (militante) *Gewalt* vornehmlich *durch das Recht* eines Staates zu *domestizieren*? Gemetzel durch marodierende Horden gab es nicht nur vor Tausenden von Jahren, unvorstellbare Gräueltaten werden etwa auch aus dem Dreißigjährigen Krieg im 17. Jahrhundert geschildert. Erste Versuche, ein Recht auch im Krieg zu etablieren, wurden in diesem 17. Jahrhundert gemacht: Nun musste ein Krieg erklärt werden und ausschließlich „Kämpfer“ traten gegeneinander an. Doch das Wie dieser Kämpfe blieb unerträglich, so unerträglich, dass etwa *Henry Dunant* (1828 bis 1910) das Rote Kreuz gründete und die Staatengemeinschaft Regelwerke (Genfer Konventionen) schuf. Doch der Krieg war nicht lange domestiziert: Spätestens im Zweiten Weltkrieg wurde die Unterscheidung zwischen „Kämpfern“ und Zivilen zerbombt und eingeäschert. Auch wenn in den Nürnberger Prozessen das Recht noch einmal Bedeutung erlangte, Massaker im Vietnamkrieg, am 11. Sept. 2001 in New York, folgende Terrorakte und Kriege oder aktuelle Gräueltaten im Nahen und Mittleren Osten zeigen, das Recht zur Domestikation von Krieg und



Gewalt zerbröseln. Wie vor Tausenden von Jahren kennt man wieder Gemetzel und Totschläger, ein Fortschritt auf dem Weg zum Humanismus ist – leider – nicht zu erkennen.

Aber auch dann, wenn dem Staat das Gewaltmonopol zukommt, kann er in seiner Existenz massiv bedroht sein. Mit dem lateinischen Spruch „*Fluctuat nec mergitur*“ („Es wird von Wellen geschüttelt, doch es geht nicht unter“) schmückte *Georges-Eugène Haussmann* (1809 bis 1891), der Pariser Stadtplaner des 19. Jahrhunderts, zahlreiche Gebäude wie die *Universität Sorbonne*. Gemeint war das Schiff „Staat“, das nach Turbulenzen – ausgelöst durch revolutionäre Strömungen – nun wieder stabil werden und sein möge. In dem Wahlspruch steckt die Angst um den Staat vor allem in Zeiten einer inneren oder äußeren Bedrohung, er ist keine Freiheitsparole, sondern der *Ruf nach einem starken Staat*.<sup>745</sup>

Konfligierende Interessen zwischen Menschen stammen in der Regel aus Egoismus und Bosheit; *Egoismus* ist nur auf das *eigene Wohl*, *Bosheit* auf das *fremde „Wehe“*, also auf Übel und Schaden bei Anderen gerichtet.<sup>746</sup> Diese beiden Grundtriebfedern menschlichen Handelns, diese „Charaktere“ sind offenbar in jedem Menschen grundsätzlich vorhanden, wenn auch in einem sehr verschiedenen Ausmaß. Das Mitfühlen, das Mitleid (und die Mitfreude), also die *Empathie*, sie ist die dritte Grundtriebfeder: Sie will das fremde Wohl und vermeidet das fremde „Wehe“. <sup>747</sup> Sie bedeutet, sich in die Lage anderer Menschen wohlwollend zu versetzen, deren Interessen wahrzunehmen und auf sie Rücksicht zu nehmen. Sie läuft darauf hinaus, in der Verfolgung eigener Interessen erstens andere Menschen nicht zu verletzen und zweitens ihnen Hilfsdienste anzubieten und zu erweisen; und boshafte Verhalten, also anderen bewusst zu schaden, ohne selbst Nutzen daraus zu ziehen, scheidet hierbei generell aus.<sup>748</sup>

Egoismus wird vielfach in Verbindung mit den von *Adam Smith* begründeten modernen Wirtschaftswissenschaften gebracht: Der wirtschaftliche Akteur würde sich ausschließlich an seinem *egoistischen* Interesse orientieren. Der ausgebildete Logiker und Moralphilosoph *Adam Smith* fokussiert allerdings auf den „Eigennutzen“, an dem das wirtschaftliche Verhalten ausgerichtet wird. Jeder Akteur strebe nach seinem Nutzen, der Wohlstand aller würde sich als sekundäre Wirkung des eigennutzorientierten Verhaltens aller Akteure einstellen; so lautet das Credo der Marktwirtschaft. Dabei betont allerdings *Smith* mehrfach, dass es für das Funktionieren eines solchen Wirtschaftssystems eines *Staates* bedarf; *erstens* weil nur der Staat Güter ohne wirklichen Marktpreis zur Verfügung stellen könne; dazu rechnet er Infrastruktur, Bildung, Gesundheit, ein Rechts- und Gerichtssystem usw. *Zweitens* habe der Staat, auch wegen der mit zu berücksichtigenden Abgründe des Menschen, eine Rahmenordnung für das Wirtschaften bereitzustellen; erst solche Regeln für das wirtschaftliche Handeln können das eigennutzorientierte Tun zum Generalziel des „Wohlstands aller“ kanalisieren. Je tiefer der moralische Grundwasserspiegel der Akteure ist, umso mehr muss die wirtschaftliche Rahmenordnung – und letztlich auch die Rechtsordnung allgemein – mit Hoheitsgewalt normieren.

Es ist allerdings nicht das Eigeninteresse oder der eigene Nutzen in einem *egoistischen* Sinne, an dem sich der wirtschaftliche Akteur nach *Adam Smith* orientiere. Der individuelle *Nutzenbegriff ist offen*, d. h. er geht über allein geldliche Vorteile hinaus und kann die eigene Gesundheit, das eigene Wohlbefinden, eigene positive Emotionen etc. und ebenso das Wohlergehen anderer Menschen, anderer Lebewesen, der Umwelt usw. einbeziehen. Mit dem Konzept des Nutzens und dem von *Smith* nicht weiter problematisierten moralischen Grundwas-

serspiegel von damals, dessen Erosion er sich wohl nicht vorstellen konnte, wird ein *grundsätzliches Wohlwollen* dem Nächsten gegenüber konzeptionell sichergestellt.

Die Marktwirtschaft ist auf den individuellen Vorteil im Sinne von Nutzenstiftung angelegt. Die moralische Grenze zwischen „gut“ und „schlecht“ verläuft zwischen einem

- individuellem Vorteilsstreben, aus dem *auch Andere Vorteile* ziehen, und einem
- individuellen Vorteilsstreben *auf Kosten Anderer*.<sup>749</sup>

Solange durch das eigennutzorientierte Handeln auch Andere, vor allem andere Menschen und die Umwelt, Vorteile erhalten, dient es dem Generalziel des Wohlstands aller und ist demnach „gut“. Sobald eigennutzorientiertes Handeln anderswo Schaden auslöst, ist es grundsätzlich „schlecht“. Eine fiktive Zustimmung potenziell Geschädigter zu einem Gesellschaftsvertrag, der solches Handeln zulässt, würde nur dann gegeben werden, wenn ihnen der entstehende Schaden zumindest abgegolten wird oder noch besser: wenn sie über die Kompensation des Schadens hinaus an den Vorteilen partizipieren z. B. in Form einer Sozialpolitik.<sup>750</sup>

Die Grenze zwischen „moralisch“ und „unmoralisch“ verläuft allerdings nicht zwischen „Altruismus“ und „Egoismus“. Altruistisches Verhalten in dem strengen Sinn, dass damit *kein* eigener Nutzen einherginge, ist nach heutigen naturwissenschaftlichen Erkenntnissen gar nicht möglich. Vornehmlich die moderne Neurobiologie zeigt, dass auch bei „altruistischem“ Verhalten das Belohnungssystem im Hirn anspringt und vor allem positive Emotionen als Belohnung (!) auslöst. Anderen Gutes zu tun und sich selbst dadurch „gut oder besser als vorher zu fühlen“, ist offenbar etwas durch die Natur Gegebenes. Ein gesteigertes eigenes Wohlbefinden macht die guten Absichten gegenüber Mitmenschen, anderen Lebewesen und der Umwelt aber nicht weniger wert.<sup>751</sup>

Inwieweit ein Mensch anderen Menschen, anderen Lebewesen und der Umwelt in einer Weise begegnet, die nicht ihren Schaden, sondern auch ihr Wohlbefinden im Fokus hat, die durch Achtsamkeit und Sorge geprägt ist, dieser „Charakter“ des Menschen ist zweifellos auch, aber nicht nur von äußeren, unbeeinflussbaren Umständen abhängig. Bei der Epigenetik und den Sozialisationen wirkt der betroffene Mensch schon teilweise mit, für seine Selbsterziehung trägt er allein die *Verantwortung*. In *Goethes Faust I* heißt es: „Du bist doch immer was du immer bist“, und zwar in einem moralischen, intellektuellen und physiognomischen Sinn, d. h. das Entscheidende sei angeboren, der Mensch sei, was er ist, quasi von Gottes oder der Natur Gnaden; nur Legalität ließe sich erzwingen, das „Herz“ des Menschen lasse sich nicht ändern und daher auch nicht bessern.<sup>752</sup> Aber vornehmlich die moderne Neurobiologie belegt die Plastizität des Gehirns und die grundsätzlich lebenslange Beeinflussbarkeit der neuronalen Verschaltungsmuster durch die reflexive *Kraft der Vernunft und der beständigen Übung*; sie bestätigt etwas, das die Theologie seit Jahrtausenden als „*Umkehr*“ bezeichnet, das Teile der Philosophie und zuletzt die Psychologie als „*Selbsterziehung*“ dank des menschlichen Geistes für möglich und für wichtig erachten.<sup>753</sup>

*Immanuel Kant* mit seiner der Vernunft entspringenden *Pflichtenethik* und *Arthur Schopenhauer* mit seiner *Ethik des Mitgefühls*, vornehmlich des Mitleids, stehen deshalb nicht in einer Entweder-oder-Position zueinander:

Nach *Kant* liege der moralische Wert einer Handlung nicht in den Folgen (im Sinne einer „konsequenzialistischen oder Verantwortungs-Ethik“), sondern in der *Absicht*, im Beweg-

grund, der dem Tun zugrunde liegt („deontologische oder Gesinnungs-Ethik“). Der Mensch habe die Fähigkeit zur Freiheit und zur Vernunft, so dass er mehr ist als eine Kreatur des egoistischen Verlangens, des Willens. Als vernunftbegabtes Wesen kann er autonom über Zwecke und Ziele seines Handelns bestimmen. *Kant* entwirft eine „unbedingte“, eine „*kategorische*“, also ohne Einschränkung, ohne Schlupfloch auskommende *Grundlage der Moral*:<sup>754</sup>

- Beim „*kategorischen Imperativ 1*“ geht es um die Frage, ob die *Maxime*, ob der Beweggrund des Handelns *verallgemeinerbar* ist; dieser „Test“ ist auf das Motiv, nicht auf die Folgen gerichtet!
- Beim „*kategorischen Imperativ 2*“ geht es um Personen als Zwecke an sich, d. h. sie dürfen nicht als Mittel für (eigene oder fremde) persönliche Ziele missbraucht werden; es gelte also, so zu handeln, dass es der Würde des Menschen – der eigenen und jener anderer Menschen – entspricht. So würde man etwa beim Suizid sich selbst als Mittel dazu benutzen bzw. missbrauchen, das eigene Leiden zu beenden.

Die sog. „*Pflichtenethik*“ nach *Kant* steht für das auf Vernunft basierende Handeln eines Menschen, der sich selbst und die Mitmenschen achtet und der nicht nach persönlichen Interessen und Begierden, sondern nach verallgemeinerbaren Beweggründen handelt. Ist Mitleid mit einer solchen vernunftbasierten Ethik vereinbar? Instrumentalisiert sich der Mitleidsbringer selbst, wenn er sich für die Linderung des Leids, für das Wohl Anderer einsetzt? Zu bedenken ist allerdings, dass dem *Mitfühlen* im Allgemeinen und dem *Mitleid* im Besonderen

- ein verallgemeinerbarer Beweggrund zugrunde liegt und
- sie die Würde – zumindest – des Mitleidsempfängers respektieren, indem er ungeachtet von Leistung und Leistungsvermögen, von Schönheit usw. als Zweck an sich Würde empfängt.

Dass sich dabei der Mitleidsbringer selbst einbringt, kann man zwar als Instrumentalisierung seiner selbst sehen, doch wenn man die deontologische Ethik *Kants* um Aspekte einer konsequenzialistischen Ethik ergänzt, dann entsteht eine „Pflicht“ zur gegenseitigen Hilfe, zu „Mitleid“, zum Wohlwollen für den Nächsten. Und so könnte man in heutiger Sprache formulieren: *Richtig ist*, einander zu helfen und einander Wohlwollen entgegenzubringen, also *einander in Achtsamkeit und Sorge zu begegnen*.

*Kant* selbst betont, dass der Mensch als „*Vernunftwesen*“ zur intelligiblen Welt gehöre und unabhängig von den Naturgesetzen zur Autonomie fähig sei. Doch der Mensch sei auch ein „*Naturwesen*“ und als solches gehöre er zur Sinnenwelt. Der Mensch lebe in beiden Welten und hier tue sich daher eine Lücke zwischen dem auf, was er tun soll („*Pflichtenethik*“) und dem, was er tatsächlich tut.<sup>755</sup>

Diese Lücke vermag die *Maxime des Mitgeföhls* und besonders des Mitleids nach *Schopenhauer* zu schließen. Diese Ethik mag weniger vollkommen als die vernunftbasierte nach *Kant* sein, doch in der Empirie erweise sie sich als nützlicher, denn Mitgefühl und Mitleid seien natürliche Geföhle des Menschen, Teil seiner biologischen Grundlagen.<sup>756</sup> Die moderne Hirnforschung bestätigt die Identifikation mit dem Wesen, das leidet, durch das Phänomen der sog. „*Spiegelneuronen*“: Sie lassen fremdes Leid wie eigenes spüren, fremdes Leid kann also eigene Schmerzen auslösen. Nicht zu verletzen und Hilfe zu leisten, selbst wenn man sich mit dieser helfenden Hinwendung selbst „instrumentalisiert“, also als Mittel zur Lösung einbringt, das entspringt der *Würde des Menschen* und der *Güte des Herzens*.

Die menschlichen Qualitäten des Herzens und der Vernunft gilt es insofern zu verbinden. Das biologisch grundlegende Mitfühlen, die Begegnung in Achtsamkeit und Sorge füreinander, ist bewusst zu lenken und zu verstärken, indem mit Vernunft an Vorgängen der Epigenetik und der Sozialisation gearbeitet und Selbsterziehung generell durch konsequentes Einüben und in der konkreten Situation durch Hinterfragen betrieben wird. Die *Hinwendung* auf ein Du und ein Etwas, die Grundlage für Glücksmomente und längerfristigen Sinn, sie ist also von *Herz UND Vernunft* getragen. Eine glück- und sinnorientierte Lebenskunst spielt Herz und Vernunft daher nicht gegenseitig aus, sondern verbindet sie synergetisch zu einem Gesamtkunstwerk „Leben“, das dann sogar mehr ist als die einfache Summe aus Herz und Vernunft.

„Nur Vernunft“, das ist die Haltung oder vielmehr der Traum von einer vollkommenen Vernunft. Diese ist von sich selbst eingenommen, sie träumt quasi von sich selbst und schwärmt davon, Herrscherin der Welt zu sein. Doch, und das erkannte man schon während oder jedenfalls kurz nach der Französischen Revolution, die Vernunft kann auch alles andere als vernünftig sein, auch sie kann Ungeheuer hervorbringen. Vielleicht ist sogar der „Traum der Vernunft“ der „Vater des Ungeheuerlichen“; in einer *größenwahnsinnigen Anmaßung* führt(e) sie in der Geschichte auch zu beispiellosem Schrecken.

„Der Traum oder Schlaf der Vernunft gebiert Ungeheuer“ heißt eine der bekanntesten – um 1798 entstandene – Radierung des spanischen Künstlers *Francisco de Goya* (1746 bis 1828) aus der Sammlung *Los Caprichos* (Launen, Einfälle): Der Maler träumt schlafend am Tisch, umflattert wird er von düsteren Nachtgestalten. *Goya* erlebt, wie der oberste Streitherr der Vernunft – *Napoleon Bonaparte* – auch sein Land mit Gewalt und Schrecken überzieht, so dass es keinen Zweifel daran geben kann: „Auch der Traum der Vernunft gebiert Ungeheuer“.<sup>757</sup>

Eine oder die zentrale *andere* Interpretation knüpft an der – häufigeren – Übersetzung von „sueño“ als „Schlaf“ der Vernunft an. Der Mensch soll sich nicht von Träumen und Fantasien überwältigen lassen, er soll nicht schlafen, sondern wachsam sein. Es ist die *Abwesenheit von Vernunft*, die die Ungeheuer der Dummheit, Ignoranz und des Lasters hervorbringt. Demnach wäre die Radierung eine *aufklärerische Warnung*.

„Nur Herz“, das ist die Haltung einer Ethik des Mitgefühls, die das fremde (und eigene) Leiden in und an der Welt in den Mittelpunkt rückt. In einer – absurden – Welt des Schreckens, zu dem letztlich der schmerzvolle fremde und eigene Tod gehört, hat – ganz nach *Arthur Schopenhauer* – der Mensch nur die Wahl des Mitleids, anders könne er das Jammertal nicht ertragen.

Aber der zur Freiheit und Vernunft berufene und fähige Mensch vermag – innerhalb der vorgegebenen, zum Teil auch selbst geschaffenen Rahmenbedingungen – individuelles Glück und subjektiven Sinn aktiv zu generieren, auch über die Gestaltung von Gemeinschaften mit anderen Menschen, die etwa der Würde des Menschen oder prozeduralen Gerechtigkeitsvorstellungen gerecht werden. Das subjektive Handeln und die Teilhabe an Gemeinschaften verlangen beides, nämlich Vernunft *und* Herz, denn:

- „nur Vernunft“ kann das Ungeheuer der Hartherzigkeit (und gar des Schreckens) gebären,
- „nur Herz“ kommt – im positiven Fall – über Anteilnahme und Mitleid nicht essentiell hinaus und kann – im negativen Fall – in Beliebigkeit oder gar in dunkle Abgründe des Menschen führen; „nur Herz“ nimmt mithin nicht die großartigen Möglichkeiten einer vernunftgeleiteten Gestaltung des eigenen Lebens und des Zusammenlebens in Gemeinschaften wahr.

Die glück- und sinnorientierte individuelle Lebensführung, die Gestaltung der vielfältigen Gemeinschaften von Menschen und der Umgang mit anderen Menschen, Lebewesen und der nicht-belebten Umwelt verlangen eine „*durch Herz gezähmte Vernunft*“ und ein „*durch Vernunft gerichtetes Herz*“.

## Das geliehene Leben oder das Leben als „kreditfinanzierte Investition“

**M**it dem Gedanken, das Leben sei eine Schuld, beschäftigte sich schon *Arthur Schopenhauer*; der Kontrakt für diese Schuld entstehe mit der Zeugung bzw. mit der Geburt, die Zinsen bestünden im unbändigen Willen, in Bedürfnissen, Egoismen und Not, und mit dem Tod würde man die Schuld zurückzahlen.<sup>758</sup> Diesen Gedanken wollen wir aufgreifen und vertiefen, um ihn in den Dienst einer glück- und sinnorientierten Lebenskunst zu stellen. Wenn schon vom Leben als „Schuld“ die Rede ist, dann soll dabei nicht nur, aber auch das Denken der Ökonomie hereingeholt werden.

Das *Leben* als „kreditfinanzierte Investition“ zu sehen, bedeutet: Leben ist ein „*Kredit*“ und Leben ist eine „*Investition*“.

(1) Bei einem *Kreditverhältnis* fallen Leistung, d. h. die Auszahlung des Kreditbetrags, und Gegenleistung, d. h. die Rückzahlung, zeitlich auseinander. Der Zeitpunkt der *Zeugung* bzw. der *Geburt* markiert den Beginn des Kreditverhältnisses, also die Auszahlung des Kreditbetrags. Die Höhe dieses kreditierten Betrags lässt sich vornehmlich am erhaltenen *Potenzial der Talente* ablesen, besteht allerdings auch in den „zufälligen“, also in den einem Menschen „zugefallenen“ *Lebensbedingungen*, von den Eltern über die Umwelt bis zum maßgeblichen politischen System.

Konstitutiv für ein Kreditverhältnis ist, dass der Kreditbetrag zeitlich befristet zur Verfügung gestellt wird. Die Dauer des Lebens steht für diese *Kreditlaufzeit*. Im Vorhinein weiß kein Mensch, über welchen Zeitraum ihm „der Kredit Leben“ gewährt wird. So wie jeder Kredit ist auch das Leben des Menschen befristet, also *endlich*, das Leben ist insofern auch ein *geliehenes*.

(2) Der Fachbegriff der „*Investition*“ steht in der Ökonomie vor allem für die Anschaffung langlebiger Vermögensgegenstände, die z. B. in Bilanzen als „Anlage-, also langfristiges Vermögen“ gezeigt werden. Solches Vermögen ist in den meisten Fällen abnutzbar, daher wird es über die voraussichtliche Nutzungsdauer – im Sinne der jährlichen Wertminderung – abgeschrieben. Mit dem Ende der Nutzungsdauer wird das Vermögen „wertlos“, und zwar aus der Perspektive eines „künftigen wirtschaftlichen Nutzens“.

Das körperliche Leben eines Menschen ist einer solchen Investition ähnlich. Der Mensch braucht einen Körper, um in dieser Welt in einem materiellen Sinn leben zu können. Die Anschaffung des Lebensträgers Körpers nimmt wie eine *Großinvestition* in Betrieben, wie z. B. der Bau eines Gebäudes, eines Kraftwerks, einer Großmaschine etc., einen Zeitraum in Anspruch, in dem er aufgebaut wird. Der menschliche Körper ist eine Großinvestition, die viel Zeit des Aufbaus benötigt: Der Körper entwickelt sich aus der verschmolzenen Ei- und Samenzelle, seine „Entwicklung zur Blüte“ dauert viele Jahre. Auch wenn die sog. Potenzialentfaltung das ganze Leben hindurch gefragt ist, werden die zentralen Grundlagen doch schon in den ersten Jahrzehnten gelegt.

In der ökonomischen Welt erfahren langlebige Vermögensgegenstände nach ihrem Aufbau eine regelmäßige *Wartung*, ggf. auch eine substanziell wesentliche Änderung. Eine solche laufende Instandhaltung sichert die Nutzbarkeit eines Gebäudes, einer Maschine, eines Fahrzeugs usw. Sie ist einerseits aus Kostensicht nötig: Vermieden werden Maschinenausfälle, ein übermäßiger Verschleiß, ein erhöhter Energieverbrauch, eine gesteigerte Ausschussrate an Produkten etc. Andererseits ist sie aus Ertragssicht nötig: Die Erzielung von wirtschaftlichem Nutzen aus der Verwendung eines Vermögensgegenstandes setzt seine adäquate Einsetzbarkeit voraus. Strategien der Instandhaltung zielen zum einen auf diese laufende Betriebsfähigkeit, zum anderen auf eine schnelle und gute Behebung von Störungen.

Nach dem ansehnliche Zeit beanspruchenden Aufbau des Investitionsguts Leben setzt im Allgemeinen in der Mitte des dritten Lebensjahrzehnts der Prozess des Abbaus ein: Die Leistungsfähigkeit nimmt ab, die Anfälligkeit des Lebensträgers für Störungen steigt. In praktisch keinem Zeitpunkt des Lebens ist dieses etwas Feststehendes, etwas Konstantes, das Leben ist ständig in Entwicklung, also etwas in Veränderung Befindliches.

Das materielle Leben ist nicht nur wegen äußerer Umstände ständig im Fluss. Seine Entwicklung ist nicht ausschließlich ein Zufall, Schicksal o. ä., dem man nicht entrinnen kann. Vielmehr will der Körper auch aktiv und zielorientiert weiterentwickelt werden. Das Potenzial des Lebens zu entfalten und ein möglichst langes – und „gutes“ – Leben zu finden, dafür ist das aktive Arbeiten des einzelnen Menschen an sich selbst, an seiner Physis und ebenso an seiner Psyche nötig. Das ganze Leben hindurch bedarf es der Achtsamkeit und Sorge – auch – für den eigenen Körper, für das Physische und Psychische.

Die Perspektive einer „kreditfinanzierten Investition“ auf das Leben lässt – über das Kreditverhältnis an sich sowie den Aufbau und die Pflege des Investitionsguts hinaus – auch die Frage nach den „Ausgaben“ und „Einnahmen“, also nach der Vorteilhaftigkeit des „Geschäfts“ entstehen. Worin liegen die negativen und die positiven Nutzengrößen?

„Ausgaben“ und „Einnahmen“ einer kreditfinanzierten Investition können in *einmalige* und *laufende* differenziert werden:

(1) *Einmalige* Flussgrößen bei einer Investition und beim analog gesehene Leben des Menschen sind:

- Der *Kreditbetrag* fließt im Ausgangszeitpunkt  $t_0$  als Einnahme zu. Der Mensch erhält das Leben als „Leihe“.
- Die *Investitionsausgabe* für die Anschaffung des Investitionsguts fließt in  $t_0$  als Ausgabe ab; im Fall von Großprojekten kann sie über einen längeren Zeitraum verteilt abfließen. Der Mensch beginnt sein Leben.
- Die *Tilgung* des Kreditbetrags ist nach  $n$  Perioden zu leisten; diese Rückzahlung des Kreditbetrags bedeutet eine Ausgabe in  $t_n$ . Der Mensch stirbt, er muss sein „Leihgut“ Leben zurückgeben, sein irdisches Leben ist zu Ende.

(2) *Laufende Ausgaben* für ein Investitionsgut fallen für seinen laufenden Betrieb an, vornehmlich für Energie, Wartung, Instandhaltung etc. Laufende Ausgaben im menschlichen Leben können fremd- und eigenbestimmter Art sind:

- *Fremdbestimmte laufende Ausgaben* sind all die Schmerzen, die auf einen Menschen hereinbrechen, ohne dass er ihnen und besonders ihren Ursachen allzu viel entgegenzusetzen kann. Schmerzen am eigenen Leib wegen (kleiner und großer) Krankheiten, aus eigenem Verhalten, aus fremdem, z. B. boshafem, Verhalten, aus körperlichen und seelischen Verletzungen, aus Not, aus durch Menschen und Naturereignisse ausgelöstes Elend, aus Terror und Krieg usw.

Die Geschichte des Menschen ist maßgeblich von Gewalt geprägt: Es ist die häufige Rivalität zwischen Menschen und Völkern, die Gewalt auslöst, es ist die Gewalt gegenüber „Feinden“, gegenüber „Sündenböcken“ usw. Gewalt löst heute wie früher Schmerzen in kleinen, größeren und auch unsäglich großem Ausmaß aus. Und da in der Geschichte keine Entwicklung zum Besseren erkennbar ist, werden durch Gewalt induzierte Schmerzen auch in Zukunft als laufende Ausgaben – eines deshalb als „falsch“ ansehbaren Lebens – anfallen.

- *Eigenbestimmte laufende Ausgaben* sind Schmerzen und Mühen, die ein Mensch für seinen Lebensvollzug bewusst sucht und eingeht. Sie gehen auf Achtsamkeit und Sorge zurück, und zwar *erstens* in Bezug auf das eigene Leben: Um etwa Talente zu entfalten, bedarf es eines gezielten, beständigen und manchmal auch schmerzhaften, zumindest entsagungsreichen Trainings, das die Fähigkeit zu einem Aufschub der Belohnung, zu einem sog. Gratifikationsaufschub, einschließt. Ferner können solche Ausgaben aus einer intendierten physischen Weiterentwicklung des eigenen Lebens, aus einer beabsichtigten Selbsterziehung stammen usw. *Zweitens* kann der Mensch Schmerzen und Mühen aufwenden, um anderen Menschen acht- und sorgsam zu begegnen: So mancher Liebesdienst am Nächsten erfordert materielle und immaterielle Ausgaben. *Drittens* können die Achtsamkeit und die Sorge, mithin die Hinwendung auf andere Lebewesen und auf die Welt eigenbestimmte Ausgaben auslösen.

(Einmalige und laufende) *Ausgaben* im Allgemeinen und fremdbestimmte Ausgaben im Besonderen lassen das menschliche Leben vielfach als Mühsal, als Zumutung, als Trauerspiel,

als Jammertal, als absurdes Theater und damit als „falsch“ erscheinen. Diese Ausgaben sind die eine Seite der Polarität jedes Lebens; das Leben ist ohne solche Ausgaben nicht zu haben. Aber: So wie man in der Ökonomie nicht nur auf die Kosten eines Kredits, auf die Ausgaben bei einem Investitionsgut blickt, um seine Vorteilhaftigkeit einzuschätzen, so wäre es unsinnig, ja absurd, wegen der Ausgaben des Lebens nur auf diese zu blicken, also gelähmt wie ein Kaninchen vor der Schlange zu sein. Vielmehr gilt ebenso für das Leben, auch die *Einnahmen* zu sehen und einzubeziehen, ja bewusst und aktiv nach weiteren Einnahmen Ausschau zu halten. „*Einnahmen im Leben suchen und entwickeln*“, das sind Spuren, ja Wege und Straßen zu Glück und Sinn auf allen vier Ebenen.

Worin bestehen „*Einnahmen*“ aus einer Investition respektive des menschlichen Lebens? In der Ökonomie sind das vornehmlich Rückflüsse aus dem Verkauf von Sach- und Dienstleistungen, also Geldströme von den Absatzmärkten in den Betrieb. Falls ein (Gesamt-)Betrieb in mehr oder weniger autonome Teilbereiche gegliedert ist, wie z. B. in Profit Center oder einzelne Tochtergesellschaften, können Einnahmen auch aus der Bereitstellung von Leistungen zwischen diesen Teilbereichen entstehen.

Im menschlichen Leben ist es analog: Primär fließen „*Einnahmen*“, also positive Nutzengrößen – auf der sinnlichen, emotionalen, geistigen und vielleicht auch transzendenten Ebene – von *außen* zum Menschen: Sie entstehen aus der Hinwendung auf ein Du und auf ein Etwas wie Erwerbsarbeit, Aufgabe oder Hobby. Das Besondere dieser Einnahmen liegt darin, dass sie in vielen Fällen nicht direkt intendiert werden können und Sekundärwirkung der Hinwendung in Achtsamkeit und Sorge sind.

Die Hinwendung auf ein personales und anderes Gegenüber setzt Achtsamkeit und Sorge für das Ich voraus. Man muss mit sich selbst im Reinen sein, man muss sowohl seine Physis als auch seine Psyche pflegen und vornehmlich selbst gesetzten Zielen entsprechend weiterentwickeln. Und das nicht in einer egoistischen oder gar narzisstischen Weise, die einer Hinwendung auf ein Gegenüber im Wege steht, sondern es kommt auf die Balance zwischen der Hinwendung auf das Ich und auf ein Gegenüber an.

Die zweite Art von Einnahmen im Leben ist „innerbetrieblicher“ Natur, sie kommen von *innen*, und zwar aus einer Hinwendung auf das Ich. Auch sie kann zu positiven Nutzengrößen auf der sinnlichen, emotionalen und geistigen Ebene und vielleicht auch zu einem transzendenten Erleben führen. Sich selbst etwas Gutes tun, das kann sehr viel bedeuten: sich Ruhe gönnen, mit der Seele baumeln, sich „schön machen“, einfach nachdenken, in Erinnerungen schwelgen, Trauer und Freude über Vergangenes, Gegenwärtiges und Erwartetes aufbauen etc. Da und dort mögen dabei auch andere Menschen und Sachen eine Rolle spielen, doch im Wesentlichen bleibt all das eine Hinwendung auf das Ich. Auch diese Hinwendung auf das Ich lässt kurzfristige Glücksmomente entstehen und die Er-Findung längerfristigen subjektiven Sinns für einzelne Lebenssituationen und ggf. auch für das Leben insgesamt zu.



Die einmaligen und laufenden Ausgaben (-) und Einnahmen (+) des geliehenen Lebens lassen sich zu einem „Zahlungsstrom des Lebens“ zusammenführen. Er zeigt

- den Zufluss des *Kreditbetrags* „Leben“ in  $t_0$ ,
- die *Investition* dieses Kapitals in das materielle Leben vornehmlich in der Zeit der Schwangerschaft, Kindheit und Jugendzeit, wie z. B. zwischen  $t_0$  und  $t_{20}$ ,
- die *laufenden Ausgaben* von  $t_0$  bis  $t_n$ , wobei
- $n$  für das Ende des irdischen Lebens steht,
- die *laufenden Einnahmen* von  $t_0$  bis  $t_n$  in Form von Glücksmomenten und subjektivem Sinn,
- die *Tilgung* (Rückzahlung) des Kreditbetrags mit dem Tod in  $t_n$ , das geliehene Leben wird zurückgegeben.

Die folgende Abbildung veranschaulicht die Einnahmen und Ausgaben des „Zahlungsstroms des Lebens“:

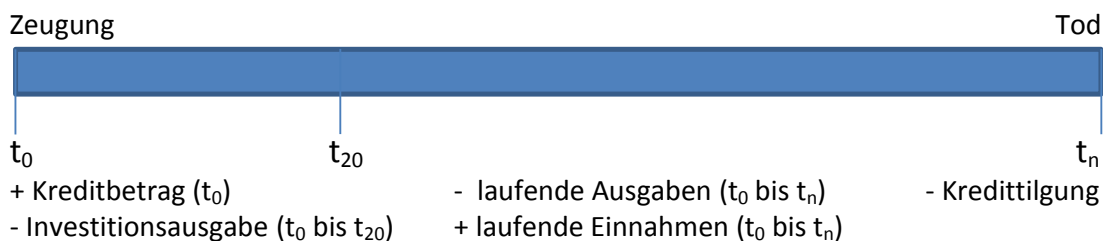


Abbildung 5: Die Ausgaben und Einnahmen des Zahlungsstroms des Lebens

Bei einer ökonomischen Investition werden die voraussichtlichen Ausgaben und Einnahmen zu einem Entscheidungswert verdichtet wie z. B. zu einem „Kapitalwert“, der den Wert des gesamten Zahlungsstroms als „Barwert“ für den Betrachtungszeitpunkt  $t_0$  oder als „Endwert“ für den Zeitpunkt  $t_n$  zeigt; selbstverständlich könnte auch jeder andere Zeitpunkt zwischen Anfang und Ende als Betrachtungszeitpunkt gewählt werden. Diese Komprimierung setzt in der Regel voraus, neben der Höhe und dem zeitlichen Anfall der Einnahmen und Ausgaben auch die Länge der Investitionsdauer zu kennen.

Die analoge Komprimierung des *Zahlungsstroms des Lebens* zu einer einzigen Größe stößt auf *Schwierigkeiten*: *Erstens* sind die (einmaligen und laufenden) Ausgaben und Einnahmen in der Regel *nicht quantifizierbar*: Der Wert von Leben im Zeitpunkt seiner Entstehung, von Schmerz und Leid, von Glücksmomenten und subjektivem Sinn und der Wert von Leben im Zeitpunkt des Lebensendes („Tilgung“) entziehen sich einer monetären Bewertung. Selbst wenn etwa in Schadenersatzprozessen Entschädigungssummen für negative Ereignisse festgelegt werden, die Würde des Menschen – er ist stets Zweck an sich und darf niemals bloß Instrument von wem auch immer sein (*Immanuel Kant*) – *verbietet die Monetarisierung* und damit Instrumentalisierung des menschlichen Lebens. Sehr wohl kann eine *verbale Beschreibung* versucht werden: Talente, Schmerz und Leid, Glück, subjektiver Sinn, der Tod – sie enthalten vornehmlich für den all dies (er)tragenden Menschen positiven und negativen Wert.

*Zweitens* ist das Problem der *Unsicherheit der Zukunft* beim geliehenen Leben grundsätzlich anders als bei der ökonomischen Investition. In der Welt der Wirtschaft wird die Entscheidung über eine Investition in  $t_0$  getroffen; die Entscheidung verlangt eine Voraussage und Komprimierung des Zahlungsstroms. Die Unsicherheit der Zukunft wird z. B. mittels der Berechnung von Bandbreiten oder von Szenarien, das sind unterschiedliche mögliche Umweltzustände, einzufangen versucht. Beim Leben ist die Unsicherheit unvergleichlich höher: *Im Vorhinein* sind die Höhe und der zeitliche Anfall von – zu beschreibenden – Einnahmen und Ausgaben nahezu unbekannt; zwar können z. B. für ein bestimmtes Lebensalter typische Ausgaben aufgeführt werden, aber selbst „typischen Ausgaben“ haftet die Unsicherheit an, ob und in welchem Ausmaß sie tatsächlich anfallen werden. Und bei den Einnahmen, vor allem bei Glück und Sinn im Leben, hängen die Höhe und der zeitliche Anfall von derart vielen ex ante unbekanntem – selbst- und fremdbestimmten – Größen ab, dass eine *Voraussage* hierzu – nicht zuletzt wegen vieler Unwägbarkeiten im Leben wie Krankheit oder Art des Todes – *de facto unmöglich* ist.

Wenn bei einer Investition die Höhe und die zeitliche Verteilung der Zahlungsgrößen und obendrein die Investitionsdauer nicht vorausgesagt werden können, dann scheidet eine *zukunftsorientierte* Bewertung in  $t_0$  oder in einem anderen frühen Zeitpunkt auf dem Zeitstrahl aus. Daher ist es unmöglich zu sagen, die Investition lohne sich nicht oder lohne sich in einem bestimmten Zeitpunkt nicht mehr und solle daher abgebrochen werden. So ist es auch im Leben: Selbst wenn ein Mensch die vergangenen und aktuellen „Ausgaben“ in seinem Leben (Schmerz im weitesten Sinn) als hoch oder als zu hoch bewertet, heißt das noch keineswegs, dass er – auch durch eigenes aktives Zutun – in der Zukunft nicht zu „Einnahmen“ kommt, die das Vorangegangene überkompensieren.

Erst am Sterbebett oder, angesichts des nicht voraussagbaren Todesschmerzes, besser unmittelbar *nach* dem Tod, am Ende des Zeitstrahls des Lebens ist eine grundsätzliche Beurteilung des gesamten (!) Lebens vorstellbar: In dieser *Vergangenheitsbetrachtung* gibt es keine Unsicherheit der Zukunft mehr und *alle Einnahmen und Ausgaben sind Ist-Größen*, also tatsächliche Größen. In diesem Zeitpunkt eine Art „Endwert“ des Lebens anzugeben, erscheint allerdings unsinnig: *Erstens* kann ihn die betroffene Person als irdisches Lebewesen nicht mehr selbst ermitteln. *Zweitens*: Selbst wenn sie den Endwert prinzipiell kalkulieren könnte, ist fraglich, ob angesichts der begrenzten kognitiven Fähigkeit eine selektive Wahrnehmung und verzerrte Informationsverarbeitung geschehen. Und *drittens*: Selbst wenn im Zeitpunkt nach dem Tod der Mensch einen völlig objektiven Blick auf sein Leben nehmen könnte, hätte das für sein Leben keine Bedeutung mehr. Sein Leben ist vorbei.

Das menschliche Leben ist (auch) aus der „Investitionssicht“ etwas Besonderes:

- Die extreme Unsicherheit und die De-facto-Unmöglichkeit einer *zukunftsorientierten* Bewertung (vornehmlich in frühen Zeitpunkten, jedenfalls aber vor dem Tod) und
- die Unsinnigkeit der *vergangenheitsorientierten* Betrachtung nach dem Leben

haben die bedeutenden Konsequenzen, dass der Mensch aus seinem Leben nicht mittels eigener Entscheidung aussteigen und dass der Mensch sich Zeit seines Lebens in die Minderung von „Ausgaben“ und in die Steigerung von Einnahmen aktiv einbringen soll.

Die Überlegungen zur „*Investition Leben*“ führen also zu zwei *normativen Aussagen*:

- (1) Der Mensch darf nicht den Weg der Selbsttötung wählen.
- (2) Der Mensch soll in seinem Leben stets und aktiv (kurzfristige) Glücksmomente und (mittel- wie langfristigen) subjektiven Sinn entwickeln.

Diese normativen Aussagen erscheinen uns deshalb zentral, weil sie nicht aus Ideologien oder Weltanschauungen abgeleitet sind, und weil sie Spuren zu einem glück- und sinnerfüllten Leben weisen.

Die Analogie zwischen der Investition in der Ökonomie und im menschlichen Leben, die sich soeben als fruchtbar erwies, soll nun um die sog. „*Ersatz- und Anschlussinvestition*“ ergänzt werden: In der Ökonomie kann man häufig vorzeitig, also vor Ablauf der Nutzungsdauer, auf ein anderes Investitionsgut umsteigen, man kann die Nutzungsdauer optimieren, um „rechtzeitig“, d. h. unter Optimierung der positiven und negativen (Geld-)Nutzengrößen auf eine Ersatz- oder Anschlussinvestition umzusteigen; man analysiert sogar unendliche Investitionsketten.

Die „*Investition Leben*“ ist dagegen eine „*Einmal-Investition*“, ein irdisches Ersatz- oder Anschlussleben ist nicht vorgesehen. Insofern scheiden eine „optimale Nutzungsdauer“ und ein „optimaler Ersatzzeitpunkt“ aus. Aber, und das ist der Nutzen aus dieser Analogie: Wenn man nur über dieses eine Investitionsgut verfügt, dann wird man ihm eine besondere Aufmerksamkeit schenken. Man bemüht sich darum, seine „Lebensdauer“ so weit wie möglich auszudehnen und das Verhältnis zwischen den notwendigen Ausgaben und den möglichen Einnahmen zu optimieren, also größtmöglich zu gestalten. Ergänzt sei: Gleichzeitig die Ausgaben minimieren und die Einnahmen maximieren zu wollen, wäre schon mathematisch ausgeschlossen, daher die Rede vom Optimieren.

Aus der Analogie zur überschussorientierten Pflege eines einzigen Investitionsguts folgt: Das menschliche Leben ist einmalig, es ist kostbar und es gilt im Sinne einer *dritten normativen Aussage*:

- (3) Der Mensch soll in allen Situationen seines einmaligen und daher kostbaren Lebens aktiv Glücksmomente und subjektiven Sinn erfinden; so optimiert er letztlich das Verhältnis zwischen den „Ausgaben“ und den „Einnahmen“ seines Lebens.

Diese drei normativen Aussagen kann man als *Spuren*, ja vielleicht auch als zu überlegende Wegweisungen dazu sehen, einem „falschen Leben“ Richtiges abzugewinnen, als Gegengewicht zu den größtenteils unvermeidlichen „Ausgaben“ so viele „Einnahmen“ wie möglich zu entwickeln, in einzelnen Situationen und in einem Leben des Schmerzes dennoch Glück und Sinn zu erfinden. Das bedeutet, einem falschen – absurden, polaren und geliehenen – Leben Richtiges abzugewinnen.

## Achtsamkeit und Sorge – für das Ich, für ein Du und für ein Etwas

**D**er „*Wille zum Sinn*“, der Wille zur Entwicklung von Glücksmomenten und von subjektivem Sinn ist in den Menschen hineingelegt. Die Umsetzung dieses Willens gelingt nicht, indem man seinen Fokus direkt auf Glück und Sinn richtet, vielmehr verlangt sie „*Hinwendung*“, also einen Umweg vornehmlich über ein Du und ein Etwas.<sup>759</sup> Sie sind das „*Warum*“ des Lebens, das einen – nahezu jedes – „*Wie*“ ertragen lässt, oder nicht ganz so

pessimistisch formuliert: Sie sind das Warum des Lebens, das zu „Einnahmen im und des Lebens“, das zu „Positivem“ und mithin zu „Richtigem“ in dem einen Leben führen kann.

„Glück und Sinn“ liegen nicht „fertig zubereitet“ auf dem Weg des Lebens. Vielmehr wollen sie durch den einzelnen Menschen durch aktives Tun „er-funden“ (statt ge-funden) oder „ent-wickelt“ (aus dem Möglichen „ausgerollt“) werden. Für Glück und Sinn hat der einzelne Mensch selbst zu „sorgen“, und dieses „Sorgen“ bedeutet „Hinwendung“ in einer qualitativ anspruchsvollen Art und Weise: eine Hinwendung auf ein Du und ein Etwas, die von Empathie, Bemühen um das Wohl des Anderen (Wohlwollen), von der Erweisung von Liebesdiensten, von den drei „E“ Engagement, Exzellenz und Ethik, kurzum von „*Achtsamkeit und Sorge*“ gekennzeichnet ist.

Im Folgenden wollen wir *erstens* nach dem Inhalt von Achtsamkeit und Sorge und *zweitens* in eine Achtsamkeit und Sorge einerseits auf gesellschaftlicher und andererseits auf persönlicher Ebene differenzieren.

„*Achtsamkeit*“ mit der Bedeutung „wache Aufmerksamkeit für alle inneren und äußeren Vorgänge“ geht vornehmlich auf asiatische religiöse Praktiken zurück, in einem davon emanzipierten Sinn kann sie Beziehungen in „*Sorge und Fürsorge*“ meinen.<sup>760</sup> Achtsamkeit bedeutet qualitativ anspruchsvolle Beziehungen: zum Ich, zum Du und zur Welt; sie ist „eine liebe- und respektvolle, nicht aggressive und damit nicht zerstörerische Beziehung zur Wirklichkeit“<sup>761</sup>. Achtsame Beziehungen zu Menschen, d. h. zu anderen Menschen und zum eigenen Mensch-Sein, zu anderen Lebewesen und zur (restlichen) Welt, sind von „*Sorge und Fürsorge*“ durchdrungen.

Mit der „*Achtsamkeit für die Welt*“ enthält sie eine Art von „*Sorge und Fürsorge*“, die heute mit dem modernen Begriff der *Nachhaltigkeit* (Sustainability) ausgedrückt wird: Die knappen Ressourcen der Erde sollen nicht zerstört, sondern in einer Weise genutzt werden, dass sie sich erneuern und nicht nur den jetzigen, sondern auch künftigen Generationen zur Verfügung stehen. Eine nachhaltige Lebensweise betrifft sowohl die Ebenen der Gesellschaft, wo es um ein kollektives Verantwortungsbewusstsein und um die (Weiter-)Entwicklung der gesellschaftlichen, vor allem wirtschaftlichen Rahmenordnung geht, und jene des einzelnen Menschen, wo persönliche Verantwortung gefragt ist, also Haltungen, Einstellungen, Lebensstil.<sup>762</sup> Achtsamkeit betrifft alle Bereiche des menschlichen Lebens.<sup>763</sup>

Etymologisch kann „*Achtsamkeit*“ auf das Lateinische „*cura*“ zurückgeführt werden, das etwa im deutschen Lehnwort „*Kurator*“ fortlebt: Er ist zum einen Schirmherr über Ausstellungen und sorgt für den guten Verlauf von Veranstaltungen, zum anderen ist er eine Person, die sich um das Wohl vor allem solcher Menschen aktiv bemüht, die dazu selbst nicht oder nur unzureichend in der Lage sind, die sich um die Rechte und die Interessen bestimmter Personen kümmert. Achtsamkeit ist obendrein kein Tun mit einem klaren Anfang und Ende, vielmehr ist sie eine menschliche Charaktereigenschaft, eine Haltung im Sinne einer Quelle, der laufend Handlungen zum Wohl von Menschen und der Welt entspringen, sie ist eine *Grundhaltung*.<sup>764</sup>

Achtsamkeit hat zentral mit „*Sorge*“ zu tun und diese wird seit Langem in Theologie und Philosophie als Existenzial des Menschen, also als eine Größe gesehen, die zum Wesen des Menschen gehört. So knüpft der Philosoph *Martin Heidegger* (1889 bis 1976) an den Kir-

chenlehrer *Augustinus* (354 bis 430 n.Chr./n.d.Z.) an, indem er in seinem Hauptwerk „*Sein und Zeit*“ u. a. auf die „*Selbstsorge*“ fokussiert, wo er die egoistische, ja narzisstische „*unechte Sorge*“ und die „*echte Sorge*“ um sich selbst differenziert, in der Sorge um sich und den anderen Menschen eine ständige Unruhe, ja den „*Bezugssinn*“ des Lebens erkennt. Das Mensch-Sein sei von der Sorge konstituiert: Vom Menschen könne man nur dann sprechen, wenn man auch von der Sorge spricht. Der Satz des *Augustinus*: „Unruhig ist unser Herz, bis es ruht in dir!“ verdeutlicht die lebenslange Sorge des Menschen (bei *Augustinus* vornehmlich in Bezug auf die Gottsuche), die Angst, Schmerzen, Leid u. ä. entstehen lässt.<sup>765</sup>

In der berühmten Cura-Fabel des *Hyginus* (um 64 v.Chr./v.d.Z. – 17 n.Chr./n.d.Z.), die *Heidegger* in „*Sein und Zeit*“ anspricht, geht es um das Göttliche („*Jupiter*“), das Irdische („*Erde*“) und das Zeitliche („*Saturn*“) des Menschen, doch die Hauptrolle in seinem Leben spielt die „*Sorge*“, die in der Fabel ebenso als Gottheit gilt. Die Sorge ist „*Schöpferin und Bildnerin des Menschen, sie ist Zeit seines Lebens für ihn verantwortlich, erhält und umsorgt ihn.*“ Ohne Sorge – in ihrer Doppelstruktur von *Sorge-Tragen* und *Umsorgt-Sein* – würde der Mensch zu existieren aufhören.<sup>766</sup>

Die Grundhaltung der *Achtsamkeit und Sorge* enthält vier Dimensionen:

(1) *Achtsamkeit* ist erstens *emotionale Anteilnahme*, die ein Mensch einem Einzelnen, einer Gruppe von Menschen, einer Gesellschaft, anderen Lebewesen oder der Welt zuteil werden lässt. Diese Anteilnahme drückt aus, der Andere, die Anderen, die Welt, sie sind einem wichtig, ihr Gedeihen und ihr Schicksal, ihre Rechte und Interessen berühren einen, sie ist *große Wertschätzung*.<sup>767</sup>

Diese liebevolle Haltung der *Achtsamkeit* gleicht einer *offenen Hand*, die ausgestreckt und bereit zum Händedruck ist, bei dem sich die Finger der Hände verschränken. Es entsteht so etwas wie ein „*Bund*“<sup>768</sup>, eine Gemeinschaft, eine Zusammenarbeit. Das Gegenstück zu dieser *Achtsamkeit* ist die zur Faust geballte Hand.<sup>769</sup>

(2) *Achtsamkeit* ist zweitens *Beunruhigung und Zugehörigkeit*: Ein Mensch ist beunruhigt wegen des Schmerzes und des Leids, wegen des Negativen, das einzelne Menschen, Gruppen von Menschen, eine Gesellschaft, andere Lebewesen oder die Welt erfahren und ertragen müssen; diese Sorge kann dem Menschen förmlich den Schlaf rauben. Diese Beunruhigung lässt eine *gemeinschaftliche Verbundenheit* entstehen, der Mensch sieht sich einem Gegenüber zugehörig.<sup>770</sup> Der achtsame Mensch nimmt aktiv Anteil am Schicksal des Gegenübers, insofern verwirklicht er die individuelle Grundhaltung der *Solidarität*.<sup>771</sup>

(3) *Achtsamkeit* ist drittens *wechselseitige Unterstützung*: Maßnahmen, die Rechte, Interessen und Wünsche eines Gegenübers schützen und ihre Umsetzung unterstützen. Im Englischen wird hierbei von „*holding*“ gesprochen, von einer Fürsorge, ohne die der Mensch nicht leben kann und die von einer wechselseitigen Natur ist:

- der Wille, für ein Gegenüber Sorge zu tragen: *die Sorge für Andere(s)*;
- das Bedürfnis, von einem Gegenüber umsorgt zu werden: *das Umsorgt-Sein*.

„*Sorgen und Umsorgt-Sein*“ gehören zum Wesen, zum Dasein des Menschen, zur *conditio humana*, sie begleiten ihn das ganze Leben hindurch. Mit Beginn seines Lebens ist der Mensch verletzlich und Krankheiten ausgeliefert, er ist sterblich und kann dem Tod nicht entrinnen. Das Leben enthält Schmerz und Leid, oft in einem fast unerträglichen Ausmaß.

Dieses polare Leben ist ohne die Sorge um den Anderen und ohne die Sorge um einen selbst nicht zu leben, sie gehören zu der Eigenart, zu dem In-der-Welt-Sein des Menschen; insofern kann man sagen: „*Wir alle sind Kinder der Sorge.*“<sup>772</sup> Ihretwegen kann der Mensch sein Leben bewältigen und ihm dabei Glück und Sinn abringen.

(4) Achtsamkeit ist *Vorsorge und Vorbeugung*: Droht – der belebten oder unbelebten Umwelt, einzelnen Menschen und Gemeinschaften – Schaden, so sind Maßnahmen zu seiner Vermeidung oder Minimierung zu setzen. Wenn die Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge in einem wissenschaftlichen Sinn bekannt sind, kann man von „Vorsorge“ sprechen, im Fall essentieller Unsicherheit von „Vorbeugung“, indem man Handlungen mit teilweise unbekanntem Wirkungen auf Umwelt und Mensch erst gar nicht setzt wie z. B. bei Technologien mit Eingriff in das Erbgut, mit der Spaltung bzw. Schmelzung von Atomkernen etc. Bei Vorsorge und Vorbeugung ist auch auf Risiken für künftige Generationen zu blicken.<sup>773</sup>

Diese vier Dimensionen der Achtsamkeit helfen

- die dunklen, die „*falschen*“ Seiten des Lebens in Gestalt von Schmerz, Leid und Tod zu ertragen, die „Ausgaben des Lebens“ zu leisten, um
- die hellen, die „*richtigen*“ Seiten des Lebens für sich zu entdecken, indem man das Leben kostbar und auch schön findet und ihm subjektive Glücksmomente sowie subjektiven Sinn abgewinnen kann.

Diese Achtsamkeit ist einerseits in das Wesen des Menschen hineingelegt, also eine natürlich-objektive Größe, zum anderen ist sie eine *bewusste Haltung*, über die reflektiert und die bewusst als Orientierung und Ziel von Selbsterziehung gesetzt werden kann.<sup>774</sup> Die Plastizität des menschlichen Gehirns bietet lebenslang die Chance, durch Arbeit an sich selbst, also durch *stetes Üben*, eine solche Haltung der Achtsamkeit mehr oder weniger zu „automatisieren“ und damit zu einer gelebten Charaktereigenschaft zu machen.

Diese *Haltung* erfordert ein wiederholtes Inne-Halten und Nachdenken über das Selbst- und Menschenbild, über die inneren Bilder im Kopf und das systematische Trainieren. Achtsamkeit und Sorge können eine Kraftquelle entspringen lassen, um das Schmerz- und Leidvolle, um das Falsche im Leben annehmen und vielleicht auch heilen zu können. Achtsamkeit und Sorge fördern die Entwicklung sowohl des Du als auch des Ich, sie ziehen *Spuren zu* Freude, Potenzialentfaltung, Motivation, zu positiven Emotionen und Glücksmomenten, zu Zufriedenheit und subjektivem Sinn, sie bieten Kraft, um auch das Traurige zu ertragen, Trost und den Weg zu einem subjektiv richtigen Leben zu finden.<sup>775</sup>

Zur Haltung der Achtsamkeit und Sorge gehören die *Balance* oder das rechte Maß und die *Selbstbeschränkung*:

(1) *Erstens* zur *Balance* zwischen der Sorge um sich selbst und der Sorge um andere Menschen, andere Lebewesen und die (restliche) Welt, also zwischen der Hinwendung einerseits auf das Ich und andererseits auf ein Du und ein Etwas: Es geht um eine Art Gleichgewicht zwischen einem Zuviel und einem Zuwenig, um *das rechte Maß*.<sup>776</sup> Die liebevolle Zuwendung auf ein Gegenüber verlangt eine ebensolche auf das Ich; eine Sorge für das Ich hat jeder Mensch auch selbst wahrzunehmen, erst sie macht ihn zur Hinwendung auf ein Gegenüber fähig. Eine narzisstische Sorge um das Ich schlägt dagegen die Tür zu einem Gegenüber zu. Das rechte Maß zu suchen, bedeutet, Schräglagen zwischen Selbst- und Nächstenliebe und

ebenso solche bei der Nutzung der Ökosysteme zu vermeiden; dabei geht es um den nachhaltigen Einsatz und die Pflege von natürlichen Ressourcen.

Das „rechte Maß“ – als ein Kennzeichen der Achtsamkeit und Sorge – ist ein anderer Ausdruck für „Gerechtigkeit“. Sie gilt es auf zwei Ebenen zu verwirklichen:

*Zum einen* auf gesellschaftlicher Ebene als *Ordnungsprinzip*: Hierbei geht es um die Schaffung und die Weiterentwicklung gesellschaftlicher Einrichtungen und Institutionen, die das Wohl aller fördern. Im Sinne einer prozeduralen Vorstellung von Gerechtigkeit – vor allem nach *John Rawls* (1921 bis 2002) – können jene Institutionen (vor allem Normen) als *gerecht* gelten, denen alle Gesellschaftsmitglieder bei dem Gedankenexperiment „Aushandeln eines Gesellschaftsvertrages unter dem ‚*Schleier des Nicht-Wissens*‘ um die tatsächliche eigene Stellung in der Gesellschaft“ zustimmen könnten.<sup>777</sup>

*Zum anderen* auf persönlicher Ebene als *Handlungsprinzip*: Eine konkrete (intendierte oder ausgeführte) Aktion gilt dann als „gerecht“, wenn sie den Nutzen des Akteurs steigert, ohne den Nutzen anderer Gesellschaftsmitglieder und ohne die Nutzbarkeit von Ressourcen durch andere und künftige Menschen zu schmälern. Individuelles Vorteilsstreben zu Lasten Dritter oder der Umwelt ist demnach „ungerecht“ oder „unmoralisch“.<sup>778</sup>

Die Grenze zwischen gerecht/moralisch und ungerecht/unmoralisch verläuft damit nicht (!) zwischen Eigennutzstreben und Altruismus. Eigennutzstreben, das nicht auf Kosten Anderer oder der Umwelt geht, steigert den individuellen Wohlstand und vielfach auch jenen anderer Menschen, es ist daher nicht grundsätzlich „schlecht“. Erst ein Schaden bei anderen Menschen oder die Ausbeutung der Umwelt qualifizieren das Handeln als unmoralisch. Obendrein ist anzumerken, dass beim „Eigennutz“ der Inhalt des Nutzens offen ist und etwa (auch) das Wohl anderer Menschen oder die nachhaltige Nutzung der Natur umfassen kann.

Ein altruistisch handelnder Mensch tut etwas für Andere oder die Umwelt, ohne daraus einen sofort augenscheinlichen Nutzen zu ziehen. Aber: Ein solches uneigennütziges Tun ist in einem strengen Verständnis gar nicht möglich, da altruistisches Verhalten das Belohnungssystem im menschlichen Gehirn aktiviert und so positive Emotionen auslöst: Dieser Mensch spürt, Gutes getan zu haben, er fühlt sich besser also ohne dieses Tun. Mithin zieht der Mensch Nutzen auch aus altruistischem Verhalten. Genauso wenig wie altruistisches Verhalten generell gerecht/moralisch ist, ist eigennutzorientiertes generell ungerecht/unmoralisch. Vielmehr kommt es auf die Wirkungen des eigenen Tuns auf andere Menschen und die Umwelt an.

(2) *Zweitens* fordern Achtsamkeit und Sorge eine *Selbstbeschränkung*, d. h. eine *Begrenzung* des grundsätzlich grenzenlosen menschlichen *Begehrens* in einer endlichen Welt.<sup>779</sup> Z. B. geht es mit Blick auf die Nutzung und Belastung der Umwelt um eine Selbstbeschränkung des Konsums, mit Blick auf Erwerbsarbeit um eine Begrenzung des Konsumnutzens etwa durch den Kauf von Fair-Trade-Produkten, bei denen Produzenten (in der Dritten und Vierten Welt) Mindestpreise bezahlt werden, um ein menschenwürdiges Leben führen zu können, oder durch den Kauf von Granitplatten für europäische Gräber aus Indien oder China mit einem Zertifikat, das Kinderarbeit in dortigen Steinbrüchen ausschließt.<sup>780</sup>

Die Konzeption oder „*Ethik der Gerechtigkeit*“ enthält eine „Ordnungsethik“ (Spielregeln für das Funktionieren von „Gesellschaft“, auch von nationaler und globalisierter „Wirtschaft“, die man im Sinne einer prozeduralen Gerechtigkeit sucht und weiterentwickelt) und eine „Handlungsethik“ (persönliche Nutzensteigerung ohne Nutzeneinbußen bei Anderen und der Umwelt). Diese Vorstellungen sind zwar aus Achtsamkeit und Sorge ableitbar, sie bleiben allerdings relativ *abstrakt*.

Die Konzeption oder „*Ethik der Achtsamkeit und Sorge*“, das Sorgen-Für und das Umsorgt-Sein, sie legt den Fokus vornehmlich auf das *Leben im Konkreten*: auf das alltägliche *Leben des Einzelnen* und einzelner Gemeinschaften, also auf das *Zusammenleben* der Geschlechter in Partnerschaften, auf jenes in Eltern-Kind-Familien, zwischen Generationen, im modernen Verkehrsgeschehen, in sozialen Netzwerken, ferner auf den Umgang mit natürlichen Ressourcen im täglichen Konsum usw. Eine Ethik der Achtsamkeit und Sorge im Alltag *ergänzt* jene der Gerechtigkeit: Sie stellt sicher,

- dass Normen der Gesellschaftsordnung nicht zum Legalismus erstarren,
- dass gesellschaftliche Institutionen nicht zum Gefängnis werden und
- dass sich die Haltung der Gerechtigkeit nicht in Heuchelei verwandelt.<sup>781</sup>

Das „*Ethos*“, also die „*Bleibe des Menschen*“ (griechisch), ruht insofern auf den beiden Säulen der „*Gerechtigkeit*“ sowie der „*Achtsamkeit und Sorge*“. Für beide ist der einzelne Mensch (mit-)verantwortlich: Auf der Ordnungsebene geht es um die aktive Teilnahme am gesellschaftlichen Diskurs, auf der Handlungsebene um das reflektierte und beständige Bemühen um die Haltungen der Gerechtigkeit, Achtsamkeit und Sorge. Ein Mensch aus dieser Bleibe kann über die ausgewogene Hinwendung auf das Ich, auf ein Du und auf die Welt dem schmerz- und leidvollen Leben auch Richtiges, also Glück und subjektiven Sinn, abgewinnen.

In der „*Göttlichen Komödie*“ („*Divina Commedia*“) des italienischen Dichters *Dante Alighieri* (1265 bis 1321), die eines der größten Werke der Weltliteratur ist, schildert der Dichter seine Jenseitswanderung; in der Inschrift über dem Tor zur Hölle, hinter dem der große Jammer beginnt, lautet die letzte Zeile: „Lasst, die ihr eintretet, alle Hoffnung fahren!“ (Dritter Gesang, Vers 9). Soll auch das Motto des „falschen“, also des absurden, polaren und geliehenen menschlichen Lebens die *Hoffnungslosigkeit* sein?

Die ausgewogene Hinwendung auf das Ich, ein Du, ein Etwas und auf die (übrige) Welt in Achtsamkeit und Sorge bietet dem Menschen die *Hoffnung* auf einen Ausweg aus all dem Schmerz und Leid. Über dem Tor zu einem solchen Leben könnte die Inschrift lauten: „*Ihr, die ihr eintretet, gebt die Hoffnung niemals auf!*“ Es ist die Hoffnung aus einem glück- und sinnorientierten Blick auf das Leben: Der Mensch hat nur dieses eine Leben, daher ist es grundsätzlich wertvoll und kostbar. Wegen eines fehlenden objektiven Sinns und der Allgegenwart von Schmerz, Leid und Tod ist das *Leben ein absurdes, polares und geliehenes*. Das heißt aber nicht, der Mensch könne seinem „falschen“ Leben nichts Richtiges abgewinnen: Über die *Hinwendung in Achtsamkeit und Sorge* kann er in den verschiedenen, schnell vorüberziehenden Lebenssituationen immer wieder *Glücksmomente* „entwickeln“ und einen längerfristigen *subjektiven Sinn* „erfinden“ (Sinn *im* Leben), vielleicht vermag er als Draufgabe einen subjektiven Sinnzusammenhang für sein ganzes Leben (Sinn *des* Lebens) und auch über das Irdische hinaus (Sinn des Weltganzen)<sup>782</sup> herzustellen.



## Quellennachweise

- <sup>1</sup> Vgl. Adorno, Theodor W.: *Minima Moralia. Reflexionen aus dem beschädigten Leben*, Frankfurt am Main 1980; elektronisch unter: [https://giuseppicapograssi.files.wordpress.com/2013/08/minima\\_moral.pdf](https://giuseppicapograssi.files.wordpress.com/2013/08/minima_moral.pdf).
- <sup>2</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 9 f.
- <sup>3</sup> Horx, Matthias: *Warum Terror nie gewinnen kann*, in: *Die Presse* vom 19. Dez. 2015, Spectrum S. I.
- <sup>4</sup> Horx, Matthias: *Warum Terror nie gewinnen kann*, in: *Die Presse* vom 19. Dez. 2015, Spectrum S. I.
- <sup>5</sup> Vgl. Horx, Matthias: *Warum Terror nie gewinnen kann*, in: *Die Presse* vom 19. Dez. 2015, Spectrum S. II.
- <sup>6</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 13 und 16 f.
- <sup>7</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 13.
- <sup>8</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 41.
- <sup>99</sup> Griechisch „gnosis“ bedeutet Erkenntnis, Einsicht.
- <sup>10</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 17.
- <sup>11</sup> Vgl. Burger, Anton: *Zum Wein in der Bibel. Im Rebstock ist Leben*, Berlin 2013, S. 129 ff. mit weiteren Verweisen.
- <sup>12</sup> Zu einem solchen Widerspruch, angewandt auf die Attentäter des 9/11, vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 19.
- <sup>13</sup> Vgl. Rüdiger Safranski in [www.sciende.orf.at](http://www.sciende.orf.at), abgerufen am 21.09.2010.
- <sup>14</sup> Zu diesen Einstufungen und auch zu den wörtlichen Hervorhebungen vgl. Schopenhauer, Arthur: *Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf*, 5. Aufl., München 2011, S. 18 ff.
- <sup>15</sup> Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 21.
- <sup>16</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 21.
- <sup>17</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 36.
- <sup>18</sup> Vgl. Abschnitt „Rüpel-Land‘, Kant und Küng“ mit entsprechenden Verweisen.
- <sup>19</sup> Vgl. Abschnitt „Erst der Tod führt zum Leben“ mit entsprechenden Verweisen.
- <sup>20</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 19.
- <sup>21</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 20.
- <sup>22</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst*, Frankfurt am Main 2005, S. 8 ff.
- <sup>23</sup> Zu dieser Kränkung und Einsicht vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 21 f.
- <sup>24</sup> Vgl. Mandl, Georg: *Die Naturgesetze und der Keim des Lebens*, in: *Die Furche* vom 1. Sept. 2016, S. 22.
- <sup>25</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 27 f.
- <sup>26</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 29.
- <sup>27</sup> Vgl. Camus, Albert: *Der Fall*, 47. Aufl., Reinbek 1997.
- <sup>28</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 37.
- <sup>29</sup> Schmid, Wilhelm: *Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst*, Frankfurt am Main 2005, S. 71.
- <sup>30</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst*, Frankfurt am Main 2005, S. 71.
- <sup>31</sup> Vgl. Burger, Anton: *Unternehmensethik und Erstes Testament. Eine bundestheologische Analyse unter besonderer Berücksichtigung der positiven Emotionalität*, Berlin 2010, S. 133 ff. mit weiteren Verweisen.
- <sup>32</sup> Vgl. Halmer, Nikolaus: *Theoretiker des kommunikativen Handelns*, in: *Die Furche*, 24/2014 vom 12. Juni 2014, S. 19; Habermas, Jürgen: *Theorie des kommunikativen Handelns*, zwei Bände, 8. Aufl., Berlin 2011.
- <sup>33</sup> Vgl. Lapide, Pinchas, Frankl, Viktor E.: *Gottsuche und Sinnfrage. Ein Gespräch*, 3. Aufl., Gütersloh 2007, S. 40.
- <sup>34</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 31; Thierse, Wolfgang: *„Sprachunfähigkeit überwinden ...“*, in: *Lebenswege. Menschen in Deutschland*, hrsg. von Helmut Drück, Berlin 1993, S. 9 bis 22.
- <sup>35</sup> Zur Sinnfindung in einer nahezu ausweglosen Situation und im Leiden vgl. Frankl, Viktor E.: *... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager*, 28. Aufl., München 2007, und Frankl, Viktor E.: *Das Leiden am sinnlosen Leben*, Freiburg 2015.
- <sup>36</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 32.
- <sup>37</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 32.
- <sup>38</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 32.
- <sup>39</sup> Vgl. Fukuyama, Francis: *Das Ende der Geschichte. Wo stehen wir?*, Reinbek 1992.
- <sup>40</sup> Vgl. Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 34.
- <sup>41</sup> Hörisch, Jochen: *Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen*, Frankfurt am Main 2003, S. 34.
- <sup>42</sup> Vgl. Burger, Anton: *Zum Wein in der Bibel. Im Rebstock ist Leben*, Berlin 2013, S. 99 ff.
- <sup>43</sup> Das griechische „diaspora“ steht für „Verstreutheit“.

- <sup>44</sup> Vgl. *Taureck, Bernhard H. F.*: Jean-Jacques Rousseau, Reinbek 2009.
- <sup>45</sup> Vgl. *Lieb, Wolfgang*: Hunger nach Sinn, 13. Feb. 2012, unter:<http://www.nachdenkseiten.de/?p=12203>, abgerufen am 26. Okt. 2016.
- <sup>46</sup> *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 83.
- <sup>47</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben, Düsseldorf 2012, S. 52 ff.
- <sup>48</sup> Zum Innehalten und Aufbruch im Leben vgl. *Liessmann, Konrad Paul*: Der Ruck, in: Die Presse vom 13. Feb. 2016, Spectrum S. I.
- <sup>49</sup> Vgl. *Liessmann, Konrad Paul*: Der Ruck, in: Die Presse vom 13. Feb. 2016, Spectrum S. I.
- <sup>50</sup> Vgl. *de Saint-Exupéry, Antoine*: Der Kleine Prinz, Köln 2015.
- <sup>51</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben, Düsseldorf 2012, S. 52 ff.
- <sup>52</sup> *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 25.
- <sup>53</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben, Düsseldorf 2012, S. 52 ff.
- <sup>54</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben, Düsseldorf 2012, S. 56 ff.
- <sup>55</sup> Vgl. *Schweighofer, Teresa*, in: Die Furche 51/52/2014, 3.
- <sup>56</sup> Vgl. *Schweighofer, Teresa*, in: Die Furche 51/52/2014, 3.
- <sup>57</sup> Vgl. *Gronemeyer, Marianne*, in: Die Furche 51/52/2014, 4 f.
- <sup>58</sup> Vgl. *Gronemeyer, Marianne*, in: Die Furche 51/52/2014, 4 f.
- <sup>59</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 40.
- <sup>60</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 41.
- <sup>61</sup> Vgl. *Albrecht, Helmut*: Schmerz, voll verkörpert im Schönen, in: Die Furche, 24/2015 vom 11. Juni 2015, S. 6.
- <sup>62</sup> Vgl. *Schwens-Harrant, Brigitte*: „Und es ist doch möglich ...“, Gedanken für den Tag, Ö1, 17. Aug. 2015, unter: [www.oe1.orf.at](http://www.oe1.orf.at).
- <sup>63</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 49 f.
- <sup>64</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 55 f.
- <sup>65</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 59.
- <sup>66</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 60.
- <sup>67</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 69.
- <sup>68</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 71.
- <sup>69</sup> Vgl. *Adorno, Theodor W.*: Übungen zum richtigen Leben: „Kaufmannsladen“ und „Umtausch nicht gestattet“ aus den Minima Moralia, in: Die Presse vom 12. Sept. 2014, unter: <http://diepresse.com/home/spectrum/spielundmehr/3869325/Uebungen-zum-richtigen-Leben>, abgerufen am 17.02.2016.
- <sup>70</sup> Vgl. *Adorno, Theodor W.*: Übungen zum richtigen Leben: „Kaufmannsladen“ und „Umtausch nicht gestattet“ aus den Minima Moralia, in: Die Presse vom 12. Sept. 2014, unter: <http://diepresse.com/home/spectrum/spielundmehr/3869325/Uebungen-zum-richtigen-Leben>, abgerufen am 17.02.2016; auch: *Adorno, Theodor W.*: Minima Moralia, hrsg. von *Andreas Bernard* und *Ulrich Raulff*, Frankfurt am Main 2003, S. 15 ff.
- <sup>71</sup> Vgl. <http://www.inhaltsangabe.info/deutsch/stufen-hermann-hesse-gedichtanalyse-gedichtinterpretation>, abgerufen am 11.02.2016.
- <sup>72</sup> Die erste Strophe lautet: „Wie jede Blüte welkt und jede Jugend / Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe, / Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend. / Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, / Der uns beschützt und der uns hilft zu leben.“
- <sup>73</sup> Vgl. <http://www.inhaltsangabe.info/deutsch/stufen-hermann-hesse-gedichtanalyse-gedichtinterpretation>, abgerufen am 11.02.2016.
- <sup>74</sup> Die zweite Strophe lautet: „Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten, / An keinem wie an der Heimat hängen. / Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen, / Er will uns Stufe um Stufe heben, weiten. / Kaum sind wir heimisch in einem Lebenskreise / Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen, / Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise, / Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.“
- <sup>75</sup> Die dritte Strophe lautet: „Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde / Uns neuen Räumen jung entgegen senden, / Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ... / Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!“
- <sup>76</sup> Vgl. <http://www.inhaltsangabe.info/deutsch/stufen-hermann-hesse-gedichtanalyse-gedichtinterpretation>, abgerufen am 11.02.2016.
- <sup>77</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 74.

- <sup>78</sup> Vgl. *de Montaigne, Michel*: Von der Kunst, das Leben zu lieben, Frankfurt am Main 2005, S. 263 ff.
- <sup>79</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 75.
- <sup>80</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 78.
- <sup>81</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager, 28. Aufl., München 2007.
- <sup>82</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 80.
- <sup>83</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 80 f.
- <sup>84</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 82 f.
- <sup>85</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 83.
- <sup>86</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 84.
- <sup>87</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 31 ff.; *Frankl, Viktor E.*: Das Leiden am sinnlosen Leben. Psychotherapie für heute, 24. Aufl., Freiburg 2013, S. 80 ff.
- <sup>88</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 89.
- <sup>89</sup> Im Wesentlichen vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 92 ff.
- <sup>90</sup> *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 79.
- <sup>91</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 79.
- <sup>92</sup> Zum Inhalt und zur Interpretation in den folgenden Ausführungen vgl. vornehmlich *Stapelfeldt, Gerhard*: Bernard Mandeville: „Private Laster, öffentliche Vorteile“, in: *Stapelfeldt, Gerhard*: Der Merkantilismus: Die Genese der Weltgesellschaft vom 16. bis zum 18. Jahrhundert, Freiburg 2001; unter: [http://www.ca-ira.net/verlag/leseproben/pdf/stapelfeldt-merkantilismus\\_lp.pdf](http://www.ca-ira.net/verlag/leseproben/pdf/stapelfeldt-merkantilismus_lp.pdf), abgerufen am 17.02.2016.
- <sup>93</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 94 f.
- <sup>94</sup> Zum Inhalt und zur Interpretation in den folgenden Ausführungen vgl. vornehmlich *Tenzer, Andreas*: Goethe-Zitat-Interpretationen, 2012, unter: <http://zitate-aphorismen.de/zitat/ich-bin-ein-teil-von-jener/>, abgerufen am 17.02.2016.
- <sup>95</sup> Vgl. *Hörisch, Jochen*: Es gibt (k)ein richtiges Leben im falschen, Frankfurt am Main 2003, S. 95 f.
- <sup>96</sup> Zum Inhalt und zur Interpretation der „Fragmente – Kapitel 19: Magische Menschenlehre“ von *Novalis* vgl. <http://gutenberg.spiegel.de/buch/fragmente-6618/19>, abgerufen am 17.02.2016.
- <sup>97</sup> Vgl. *Rothschild, Emma*: Adam Smith and the Invisible Hand, in: *The American Economic Review*, Vol. 84, No. 2, 1994, S. 319 ff.
- <sup>98</sup> Vgl. *Smith, Adam*: Essays on Philosophical Subjects, The History of Astronomy (III.2), edited by W. P. D. Wightman and J. C. Bryce, Indianapolis 1982.
- <sup>99</sup> Vgl. *Smith, Adam*: Theorie der ethischen Gefühle, nach der Aufl. letzter Hand übers. u. mit Einl., Anm. u. Registern, hrsg. von W. Eckstein, mit einer Bibliographie von G. Gawlick, Hamburg 1985.
- <sup>100</sup> Vgl. *Smith, Adam*: Untersuchung über Wesen und Ursachen des Reichtums der Völker, hrsg. u. eingel. v. Erich W. Streissler, aus dem Englischen übersetzt v. Monika Streissler, Tübingen 2005.
- <sup>101</sup> Vgl. *Fink, Pierre-Christian*: Auf der Suche nach Adam Smith, in: *Die Zeit online*, 2013, unter: <http://www.zeit.de/2013/34/oekonomie-adam-smith>, abgerufen am 17.02.2016.
- <sup>102</sup> Zum Inhalt und zur Interpretation der „invisible hand“ bei *Adam Smith* in den Ausführungen der folgenden Absätze vgl. *Rutz, Charlie*: Die unsichtbare Hand bei Adam Smith, 2008, unter: <https://freidenker.cc/adam-smiths-unsichtbare-hand/25>, abgerufen am 17.02.2016.
- <sup>103</sup> Vgl. *Rutz, Charlie*: Die unsichtbare Hand bei Adam Smith, 2008, unter: <https://freidenker.cc/adam-smiths-unsichtbare-hand/25>, abgerufen am 17.02.2016.
- <sup>104</sup> Vgl. *Rutz, Charlie*: Die unsichtbare Hand bei Adam Smith, 2008, unter: <https://freidenker.cc/adam-smiths-unsichtbare-hand/25>, abgerufen am 17.02.2016.
- <sup>105</sup> Vgl. *Halmer, Nikolaus*: Theoretiker des kommunikativen Handelns, in: *Die Furche*, 24/2014 vom 12. Juni 2014, S. 19.
- <sup>106</sup> *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 22.
- <sup>107</sup> Vgl. *Morton, Frederic*: Die dünne Schicht, in: *Die Presse* vom 22. März 2014, *Spectrum* S. I f., Hervorhebungen wörtlich aus dem Original.
- <sup>108</sup> Vgl. *Morton, Frederic*: Die dünne Schicht, in: *Die Presse* vom 22. März 2014, *Spectrum* S. II.
- <sup>109</sup> *de Saint-Exupéry, Antoine*: Der Kleine Prinz, Köln 2015, S. 60.
- <sup>110</sup> Vgl. hierzu und zum Folgenden vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben, Düsseldorf 2012, S. 74 ff.
- <sup>111</sup> Vgl. *de Saint-Exupéry, Antoine*: Der Kleine Prinz, Köln 2015, S. 71.
- <sup>112</sup> Vgl. *Saltzwedel, Johannes*: Narziss und Nilpferdkönig, in: *Spiegel* 34/2003, unter: <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-28325126.html>, abgerufen am 18.02.2016.

- <sup>113</sup> Vgl. *Saltzwedel, Johannes*: Narziss und Nilpferdkönig, in: Spiegel 34/2003, unter: <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-28325126.html>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>114</sup> Vgl. *Saltzwedel, Johannes*: Narziss und Nilpferdkönig, in: Spiegel 34/2003, unter: <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-28325126.html>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>115</sup> Vgl. *Saltzwedel, Johannes*: Narziss und Nilpferdkönig, in: Spiegel 34/2003, unter: <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-28325126.html>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>116</sup> Vgl. *Saltzwedel, Johannes*: Narziss und Nilpferdkönig, in: Spiegel 34/2003, unter: <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-28325126.html>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>117</sup> Zu diesem Experiment und den folgenden Ausführungen vgl. *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>118</sup> Vgl. *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>119</sup> Zu dieser großen Frage vgl. vor allem *Deissler, Alfons*: Wer bist du, Mensch?, Freiburg 1985.
- <sup>120</sup> Vgl. z. B. *Pörksen, Bernhard, Schulz von Thun, Friedemann*: Kommunikation als Lebenskunst: Philosophie und Praxis des Miteinander-Redens, Heidelberg 2014.
- <sup>121</sup> Vgl. *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>122</sup> Vgl. vor allem *Prinz, Wolfgang*: Selbst im Spiegel: Die soziale Konstruktion von Subjektivität, Frankfurt am Main 2013; ferner *Tomasello, Michael*: Eine Naturgeschichte des menschlichen Denkens, Frankfurt am Main 2014; *Tomasello, Michael*: Die Ursprünge der menschlichen Kommunikation, 3. Aufl., Frankfurt am Main 2011.
- <sup>123</sup> Vgl. *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>124</sup> *Rothermund, Klaus*, in: *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>125</sup> Zur Bedeutung der Epigenetik vgl. z. B. *Huber, Johannes*: Liebe lässt sich vererben. Wie wir durch unseren Lebenswandel die Gene beeinflussen können, 2. Aufl., München 2010.
- <sup>126</sup> *Qoidbach, Gilbert*, in: *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>127</sup> Vgl. *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>128</sup> Vgl. *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>129</sup> Vgl. *Schörghofer, Gustav*: danke tausendmal. Wie positives Denken und Dankbarkeit das Leben verändern, Wien 2011, S. 34 ff.
- <sup>130</sup> Zu diesen Mängeln und den folgenden Ausführungen vgl. *Büche, Peter*: Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016, wobei dort allerdings nicht zwischen Authentizität und Integrität differenziert wird und diese Mängel als „Integritätsmängel“ gelten.
- <sup>131</sup> Zu Gewohnheiten im Leben und der Änderung von Gewohnheiten in kleinen Schritten vgl. *Sedmak, Clemens*: Jeder Tag hat viele Leben. Die Philosophie der kleinen Schritte, 2014.
- <sup>132</sup> So *Aristoteles* in seiner „Nikomachischen Ethik“; vgl. *Aristoteles*: Nikomachische Ethik, Köln 2009.
- <sup>133</sup> Vgl. *Sedmak, Clemens*: Jeder Tag hat viele Leben. Die Philosophie der kleinen Schritte, 2014; ferner *Helmberger, Doris*, in: Die Furche 3/2015, 14.
- <sup>134</sup> Vgl. *Sedmak, Clemens*: Jeder Tag hat viele Leben. Die Philosophie der kleinen Schritte, 2014.
- <sup>135</sup> Vgl. *Sedmak, Clemens*: Jeder Tag hat viele Leben. Die Philosophie der kleinen Schritte, 2014.
- <sup>136</sup> Vgl. *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>137</sup> *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.
- <sup>138</sup> Zu diesen inhaltlichen Dimensionen von „Shalom“ vgl. *Lapide, Pinchas*: Ist die Bibel richtig übersetzt?, 2. Aufl., Gütersloh 2008, S. 58 ff.
- <sup>139</sup> „Wir ändern uns, weil wir uns den Anforderungen des Lebens anpassen. Und wir bleiben, wer wir sind, weil wir dies auf die uns eigene Art und Weise tun“, formulieren die Psychologen *Franz Neyer* und *Judith Lehnart*; zit. nach: *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: Die Zeit 34/2014, unter: <http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016.

<sup>140</sup> Vgl. *Schnabel, Ulrich*: Authentizität. Mein wahres Gesicht, in: *Die Zeit* 34/2014, unter:

<http://www.zeit.de/2014/34/authentizitaet-persoenlichkeit-wahres-gesicht>, abgerufen am 18.02.2016. Die Anekdote stammt vom US-Ökonomen *Peter Drucker*.

<sup>141</sup> Zu der Macht der „inneren Bilder“ aus dem Blickwinkel der Hirnforschung vgl. vor allem *Hüther, Gerald*: *Die Macht der inneren Bilder. Wie Visionen das Gehirn, den Menschen und die Welt verändern*, 3. Auflage, Göttingen 2006.

<sup>142</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 7 ff.

<sup>143</sup> Vgl. *de Saint-Exupéry, Antoine*: *Der Kleine Prinz*, Köln 2015, S. 6. f., Hervorhebung wörtlich aus dem Original.

<sup>144</sup> Vgl. *de Saint-Exupéry, Antoine*: *Der Kleine Prinz*, Köln 2015, S. 12; ferner vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 13 ff.

<sup>145</sup> *de Saint-Exupéry, Antoine*: *Der Kleine Prinz*, Köln 2015, S. 71.

<sup>146</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 18 ff.

<sup>147</sup> Vgl. *de Saint-Exupéry, Antoine*: *Der Kleine Prinz*, Köln 2015, S. 20 ff.

<sup>148</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 23 ff.

<sup>149</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 23 ff.

<sup>150</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 23 ff.

<sup>151</sup> Vgl. *Chladenius, Johann Martin*: *Allgemeine Geschichtswissenschaft*, 1752, digitalisiert, S. 14: „Der *Sehepunct* ist der innerliche und äußerliche Zustand eines Zuschauers, in so ferne daraus eine gewisse und besondere Art, die vorkommenden Dinge anzuschauen und zu betrachten, fließet.“

<sup>152</sup> Vgl. *de Saint-Exupéry, Antoine*: *Der Kleine Prinz*, Köln 2015, S. 35; *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 38 ff.

<sup>153</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 38 ff.

<sup>154</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 38 ff.

<sup>155</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 38 ff.

<sup>156</sup> *de Saint-Exupéry, Antoine*: *Der Kleine Prinz*, Köln 2015, S. 35.

<sup>157</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 38 ff.

<sup>158</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 38 ff.

<sup>159</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: *Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben*, Düsseldorf 2012, S. 38 ff.

<sup>160</sup> Zur Unterscheidung einer Innen- und einer Außenperspektive vgl. *Büche, Peter*: *Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen*, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016.

<sup>161</sup> Vgl. *Büche, Peter*: *Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen*, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016.

<sup>162</sup> Zu diesen Dimensionen und den folgenden Ausführungen vgl. *Büche, Peter*: *Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen*, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016; sowie *Pollmann, Arnd*: *Integrität. Aufnahme einer sozialphilosophischen Personalie*, Bielefeld 2005. Hinzuweisen ist darauf, dass diese Autoren zwischen Authentizität und Integrität nicht differenzieren!

<sup>163</sup> Vgl. *Büche, Peter*: *Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen*, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016.

- <sup>164</sup> Vgl. Böckenförde, Ernst-Wolfgang: Staat, Gesellschaft, Freiheit. Studien zur Staatstheorie und zum Verfassungsrecht, Frankfurt 1976, S. 60.
- <sup>165</sup> Vgl. Büche, Peter: Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016.
- <sup>166</sup> Vgl. Büche, Peter: Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016.
- <sup>167</sup> Vgl. Büche, Peter: Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016.
- <sup>168</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 217 ff.
- <sup>169</sup> Vgl. Büche, Peter: Integrität als christlicher Wert für Führungskräfte in Wirtschaftsunternehmen, Freiburg 2009, unter: [http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet\\_christlicher\\_Wert\\_Fuehrungskraefte\\_Diplomarbeit\\_Peter\\_Bueche.htm](http://www.pbueche.de/wp/wp-content/uploads/Integritaet_christlicher_Wert_Fuehrungskraefte_Diplomarbeit_Peter_Bueche.htm), abgerufen am 19.02.2016.
- <sup>170</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 204 ff.
- <sup>171</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 208 f.
- <sup>172</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 208.
- <sup>173</sup> Vgl. Buber, Martin: Der Weg des Menschen nach der chassidischen Lehre, in: Werke Band 3: Schriften zum Chassidismus, München/Heidelberg 1963, 713 ff.
- <sup>174</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 223 ff.
- <sup>175</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 214.
- <sup>176</sup> Vgl. 38. Kapitel im Buch Genesis; Gen 38, 1-30.
- <sup>177</sup> „Er verderbte es zur Erde“; die „Onanie“ ist nach seinem Namen benannt.
- <sup>178</sup> Vgl. Zenger, Erich: in Stuttgarter Altes Testament, Stuttgart 1980; Thomas D. Zweifel, Aaron L. Raskin: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 201.
- <sup>179</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 220 f.
- <sup>180</sup> Die Anführungszeichen bei den drei monotheistischen Religionen sollen darauf hinweisen, dass es innerhalb dieser Religionsgemeinschaften unterschiedliche Strömungen und Auslegungen gibt.
- <sup>181</sup> Vgl. Küng, Hans, Homolka, Walter: Weltethos aus den Quellen des Judentums, Freiburg 2008, S. 28 ff.
- <sup>182</sup> Vgl. Küng, Hans, Homolka, Walter: Weltethos aus den Quellen des Judentums, Freiburg 2008, S. 38.
- <sup>183</sup> Vgl. Halmer, Nikolaus: Theoretiker des kommunikativen Handelns, in: Die Furche, 24/2014 vom 12. Juni 2014, S. 19.
- <sup>184</sup> Vgl. z. B. Homann, Karl, Lütge, Christoph: Einführung in die Wirtschaftsethik, 3. Aufl., Berlin 2013, S. 3 ff.
- <sup>185</sup> Vgl. Küng, Hans, Homolka, Walter: Weltethos aus den Quellen des Judentums, Freiburg 2008, S. 40 ff.
- <sup>186</sup> Vgl. Nisenholz, Yaron M.: Schawuot – das Chametz-Fest, Schawuot 5769; [http://www.igb.ch/fileadmin/pdf/Draschot/Rede\\_zur\\_Schawuot\\_5769.pdf](http://www.igb.ch/fileadmin/pdf/Draschot/Rede_zur_Schawuot_5769.pdf), abgerufen am 10.02.2016.
- <sup>187</sup> Vgl. Küng, Hans, Homolka, Walter: Weltethos aus den Quellen des Judentums, Freiburg 2008, S. 42; Nisenholz, Yaron M.: Schawuot – das Chametz-Fest, Schawuot 5769, jeweils mit weiterführenden Quellenangaben.
- <sup>188</sup> Vgl. Küng, Hans, Homolka, Walter: Weltethos aus den Quellen des Judentums, Freiburg 2008, S. 42 f.
- <sup>189</sup> Vgl. Küng, Hans, Homolka, Walter: Weltethos aus den Quellen des Judentums, Freiburg 2008, S. 13.
- <sup>190</sup> Vgl. [http://www.weltethos.org/1-pdf/10-stiftung/declaration/declaration\\_german.pdf](http://www.weltethos.org/1-pdf/10-stiftung/declaration/declaration_german.pdf), abgerufen am 3. März 2015.
- <sup>191</sup> Vgl. Küng, Hans, Homolka, Walter: Weltethos aus den Quellen des Judentums, Freiburg 2008, S. 13.
- <sup>192</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 56.
- <sup>193</sup> Zu den folgenden Abgrenzungen vgl. vornehmlich Vendrell Ferran, Ingrid: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: DZPhil 54, 1/2006, 43 – 68.
- <sup>194</sup> Vgl. Vendrell Ferran, Ingrid: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: DZPhil 1/2006.
- <sup>195</sup> Vgl. Hieronymus Cock: Der Neid: <http://www.mleuven.be/en/old-masters/past-exhibitions/hieronymus-cock>, abgerufen am 10.02.2016.
- <sup>196</sup> Vgl. Hamann, Sibylle: Die Neidgesellschaft: „Du kritisierst mich? Du bist doch nur neidisch!“, in: Die Presse vom 5.11.2013.
- <sup>197</sup> Vgl. Vendrell Ferran, Ingrid: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: DZPhil 1/2006, S. 45.

- <sup>198</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 45.
- <sup>199</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 45 f.
- <sup>200</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 46.
- <sup>201</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 46.
- <sup>202</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 46.
- <sup>203</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 46 f.
- <sup>204</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 47 f.
- <sup>205</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 50 f.
- <sup>206</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 51.
- <sup>207</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 52.
- <sup>208</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 55.
- <sup>209</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 55 f.
- <sup>210</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 56 f.
- <sup>211</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 58.
- <sup>212</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 58.
- <sup>213</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 59.
- <sup>214</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 59.
- <sup>215</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 60.
- <sup>216</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 60.
- <sup>217</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 60.
- <sup>218</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 60 f.
- <sup>219</sup> Vgl. *Halmer, Nikolaus*: Der Philosoph des Dialogs, in: *Die Furche*, 24/2015 vom 11. Juni 2015, S. 13; *Buber, Martin*: Ich und Du, 16. Aufl., Gütersloh 1999.
- <sup>220</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 61.
- <sup>221</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 61.
- <sup>222</sup> Vgl. *Vendrell Ferran, Ingrid*: Über den Neid. Eine phänomenologische Untersuchung, in: *DZPhil* 1/2006, S. 61 f.
- <sup>223</sup> Vgl. *Hieronymus Cock*: Der Neid: <http://www.mleuven.be/en/old-masters/past-exhibitions/hieronymus-cock>, abgerufen am 10.02.2016.
- <sup>224</sup> Vgl. *Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.*: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 267 f.
- <sup>225</sup> Vgl. Das erste Buch der Könige (aus dem Alten Testament bzw. der Hebräischen Bibel), Kapitel 3, Verse 16 bis 28 (1 Könige 3, 16-28).
- <sup>226</sup> Vgl. *Bührke, Thomas*: Einstein. A Portrait. De Moines: Osmoor House 1984, S. 44, zit. nach: *Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.*: Der Rabbi und der CEO, Wien, 2008, S. 287; vgl. ferner *Bührke, Thomas*: Einsteins Jahrhundertwerk: Die Geschichte einer Formel, München 2015.
- <sup>227</sup> Vgl. *Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.*: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 287.
- <sup>228</sup> Vgl. *Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.*: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 288.
- <sup>229</sup> Vgl. *Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.*: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 289.
- <sup>230</sup> Vgl. *Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.*: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 289.
- <sup>231</sup> Vgl. *Halmer, Nikolaus*: Der Philosoph des Dialogs, in: *Die Furche*, 24/2015 vom 11. Juni 2015, S. 13.
- <sup>232</sup> *Viktor E. Frankl* zeigt in seinem berühmten Werk „... trotzdem Ja zum Leben sagen“, wie überlebenswichtig die Hinwendung (auf ein Du und auf ein Etwas) im Leben allgemein und in Extremsituationen im Besonderen ist; vgl. *Frankl, Viktor E.*: ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager, 28. Aufl., München 2007.
- <sup>233</sup> Zu dieser Begebenheit vgl. *Jürgs, Michael*: Der kleine Frieden im Großen Krieg. Westfront 1914: Als Deutsche, Franzosen und Briten gemeinsam Weihnachten feierten, München 2014.
- <sup>234</sup> Vgl. *Drösser, Christoph*: Von Brecht? Unvorstellbar, in: *Die Zeit* 6/2002 vom 31. Jan. 2002.
- <sup>235</sup> Vgl. *Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.*: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 295.
- <sup>236</sup> Vgl. *Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.*: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 291.
- <sup>237</sup> Vgl. *Schönborn, Christoph Kardinal*: Der Mensch als Abbild Gottes, Augsburg 2008, S. 70.

- <sup>238</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 292.
- <sup>239</sup> Vgl. Homann, Karl, Suchanek, Andreas: Ökonomik, 2. Aufl., Tübingen 2005, S. 58 ff.
- <sup>240</sup> Vgl. Burger, Anton: Zum Wein in der Bibel. Im Rebstock ist Leben, Berlin 2013, S. 182 f.
- <sup>241</sup> Vgl. <http://www.personen.palaestina-heute.de/H/Hillel/hillel.html>, abgerufen am 25.02.2016; ferner Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 270.
- <sup>242</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 270.
- <sup>243</sup> Zu diesem Beispiel vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 276.
- <sup>244</sup> Vgl. Burger, Anton: Unternehmensethik und Erstes Testament. Eine bundestheologische Analyse unter besonderer Berücksichtigung der positiven Emotionalität, Berlin 2010, S. 57 ff. mit weiteren Verweisen.
- <sup>245</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 44.
- <sup>246</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 46.
- <sup>247</sup> Aus dem Film von Martin Scorsese: „Bob Dylan – No Direction Home“, Paramount 2005.
- <sup>248</sup> Aus dem Film von Martin Scorsese: „Bob Dylan – No Direction Home“, Paramount 2005.
- <sup>249</sup> Vgl. Hüther, Gerald: Was wir sind und was wir sein könnten. Ein neurobiologischer Mutmacher, 5. Aufl., Frankfurt am Main 2011, S. 92.
- <sup>250</sup> Zum Begriff der neuronalen „Autobahnen“ und des Menschen als „Automaten“ vgl. Hüther, Gerald: Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn, 7. Aufl., Göttingen 2007, S. 62 und 129; auch Hüther, Gerald: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 26.
- <sup>251</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 58.
- <sup>252</sup> Hüther, Gerald: Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn, 7. Aufl., Göttingen 2007, S. 62; Hüther, Gerald: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 26.
- <sup>253</sup> Zu diesen „Irrtümern des ungenauen Denkens“ vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 58 f.
- <sup>254</sup> Vgl. Shaw, George Bernard: Frau Warrens Beruf, übersetzt von Martin Walser, Frankfurt 1990, zit. nach: Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 50 f.
- <sup>255</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 53.
- <sup>256</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 64.
- <sup>257</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 64 f.
- <sup>258</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 65.
- <sup>259</sup> Buch Kohelet, 3. Kapitel, Vers 20 (Koh 3, 20).
- <sup>260</sup> Buch Kohelet, 3. Kapitel, Vers 22 (Koh 3,22).
- <sup>261</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 66 f.; auch zum Zitat des Maimonides; zum „Umweg“ über das Du zu Glück und Sinn vgl. auch Frankl, Viktor E.: ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager, 28. Aufl., München 2007.
- <sup>262</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 67 f.
- <sup>263</sup> Vgl. Zweifel, Thomas D., Raskin, Aaron L.: Der Rabbi und der CEO, Wien 2008, S. 68.
- <sup>264</sup> So der bekannte Buchtitel von Jörg Schindler; vgl. Schindler, Jörg: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013.
- <sup>265</sup> Vgl. Schindler, Jörg: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 15.
- <sup>266</sup> Vgl. Morton, Frederic: Die dünne Schicht, in: Die Presse vom 22. März 2014, Spectrum S. II.
- <sup>267</sup> Vgl. Schindler, Jörg: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 15.
- <sup>268</sup> Vgl. Burger, Anton: Unternehmensethik und Erstes Testament. Eine bundestheologische Analyse unter besonderer Berücksichtigung der positiven Emotionalität, Berlin 2010, S. 133 ff.
- <sup>269</sup> Zu diesem Terminus und seiner Reform im (österreichischen) Strafgesetzbuch vgl. Melzer, Anja, in: Die Presse vom 12. Feb. 2015, 6; weitere Reformbeispiele zur Vermeidung stigmatisierender Bezeichnungen („Labeling-Theorie“) betreffen z. B. „Abartigkeit – schwere Störung“, „Rasse – Ethnie“ oder „Opfer – Betroffener, Geschädigter“.
- <sup>270</sup> Vgl. Freud, Sigmund: Unbehagen in der Kultur, Bremen 2015, Erstveröffentlichung 1930.
- <sup>271</sup> Zu dieser Beobachtung und zu der Brücke zum Unbehagen in der Kultur von Sigmund Freud vgl. Scholz, Kurt: Hat sich Maria Theresia einen solchen Anblick tatsächlich verdient?, in: Die Presse vom 3. Juni 2013, elektronisch unter: <http://diepresse.com/home/meinung/quergeschrieben/kurtscholz/1414184/print.do>, abgerufen am 31. Okt. 2016.
- <sup>272</sup> Vgl. Schindler, Jörg: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 29 ff.
- <sup>273</sup> Vgl. hierzu das im Kapitel „Zur Frage der Integrität im Leben“ angesprochene „Böckenförde-Theorem“.
- <sup>274</sup> Vgl. Schindler, Jörg: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 34 ff.
- <sup>275</sup> Vgl. Schindler, Jörg: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 40.
- <sup>276</sup> Vgl. § 1 Abs 1 dStVO (Deutschland) und § 3 Abs 1 öStVO (Österreich).



<sup>277</sup> Vgl. § 3 Abs 2 öStVO.

<sup>278</sup> § 1 Abs 2 dStVO.

<sup>279</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 56 ff.

<sup>280</sup> Vgl. *Friedrich, Otto*: Die Sprachen des Hasses, in: Die Furche, 42/2016 vom 20. Okt. 2016, S. 1, Hervorhebungen wörtlich aus dem Original.

<sup>281</sup> Vgl. *Friedrich, Otto*: Die Sprachen des Hasses, in: Die Furche, 42/2016 vom 20. Okt. 2016, S. 1, Hervorhebung wörtlich aus dem Original.

<sup>282</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 65 ff.

<sup>283</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 68.

<sup>284</sup> Vgl. *Scholz, Kurt*: Postings: Das Ressentiment, das aus der Mitte der Gesellschaft kommt, in: Die Presse vom 4. Okt. 2016, S. 27, beide wörtlichen Zitate daraus.

<sup>285</sup> Vgl. *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2009, S. 161 ff.

<sup>286</sup> Vgl. z. B. *Ringlstetter, Max, Kaiser, Stephan*: Humanressourcen-Management, München 2008.

<sup>287</sup> Vgl. *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2009, S. 168 ff.

<sup>288</sup> Vgl. *Küng, Hans*: Glücklich sterben?, München 2014, S. 9 f.

<sup>289</sup> Vgl. *Küng, Hans*: Glücklich sterben?, München 2014, S. 15.

<sup>290</sup> Vgl. *Küng, Hans*: Glücklich sterben?, München 2014, S. 15 und 24.

<sup>291</sup> Vgl. *Küng, Hans*: Glücklich sterben?, München 2014, S. 26 f. und 50.

<sup>292</sup> Vgl. *Küng, Hans*: Glücklich sterben?, München 2014, S. 88, 144 und 151 ff., Hervorhebungen wörtlich aus dem Original.

<sup>293</sup> Vgl. *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2009, S. 170.

<sup>294</sup> Vgl. *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2009, S. 171.

<sup>295</sup> Vgl. *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2009, S. 175.

<sup>296</sup> Vgl. *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2009, S. 183 f.

<sup>297</sup> Vgl. *von Hove, Oliver*: Gerechtigkeit ohne Freiheit, in: Die Furche, 6/2016 vom 11. Feb. 2016, S. 17 f.

<sup>298</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 77 ff.

<sup>299</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 80.

<sup>300</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 82.

<sup>301</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 82.

<sup>302</sup> Zur Originalstudie vgl. <http://www.pnas.org/content/108/36/14998.full.pdf>, abgerufen am 26.02.2016.

<sup>303</sup> Vgl. <http://www.alltagsforschung.de/marshmallow-test-reloaded-unsere-willenskraft-bleibt-lebenslang-gleich/#more-8800>, abgerufen am 26.02.2016.

<sup>304</sup> Vgl. <http://www.alltagsforschung.de/anlage-und-umwelt-marshmallow-test-in-der-kritik>, abgerufen am 26.02.2016.

<sup>305</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 85 f.

<sup>306</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 92.

<sup>307</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 93.

<sup>308</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 106 f.

<sup>309</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 112.

<sup>310</sup> Vgl. *Bauer, Joachim*: Schmerzgrenze. Vom Ursprung alltäglicher und globaler Gewalt, München 2013, S. 58 ff.

<sup>311</sup> Vgl. *Bauer, Joachim*: Prinzip Menschlichkeit. Warum wir von Natur aus kooperieren, München 2008, S. 34.

<sup>312</sup> Vgl. *Bauer, Joachim*: Schmerzgrenze. Vom Ursprung alltäglicher und globaler Gewalt, München 2013, S. 40 ff.

<sup>313</sup> Der Gini-Koeffizient geht auf den italienischen Statistiker *Corrado Gini* zurück; berechnet wird er über ein Koordinatensystem mit „Vermögen/Einkommen“ und „Bevölkerung“ als Dimensionen, indem zunächst die Fläche unter der Gleichverteilungslinie (Fläche A) und die Fläche unter der tatsächlichen Verteilung (Fläche B) errechnet werden und dann der Koeffizient mit der Formel (A-B)/A errechnet wird; vgl. <http://wirtschaftslexikon.gabler.de/Definition/gini-koeffizient.html>, abgerufen am 26.02.2016.

<sup>314</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 136.

<sup>315</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 136.

<sup>316</sup> Zum Konzept des „Schleiers des Nichtwissens“ vgl. *Rawls, John*: A Theory of Justice. Revised Edition. Belknap Press of Harvard University Press, Cambridge MA 1999, S. 118; *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2013, S. 193.

<sup>317</sup> Zitat aus dem Film „Star Wars Episode One“, zit. nach *Schindler, Jörg*: Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?, Frankfurt am Main 2013, S. 139.

- <sup>318</sup> Vgl. *Frank, Robert H.*: *Luxury Fever: Weighing the Cost of Excess*, Princeton (New Jersey) 2010, zit. nach *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 139.
- <sup>319</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 140 f.
- <sup>320</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 141.
- <sup>321</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: *Angriff, Flucht oder Erstarrung*, in: *Forschung & Lehre* 9/2015, S. 721.
- <sup>322</sup> Vgl. *Burger, Anton*: *Unternehmensethik und Erstes Testament. Eine bundestheologische Analyse unter besonderer Berücksichtigung der positiven Emotionalität*, Berlin 2010, S. 246 ff. mit weiteren Verweisen.
- <sup>323</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: *Angriff, Flucht oder Erstarrung*, in: *Forschung & Lehre* 9/2015, S. 721.
- <sup>324</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 154 und 163.
- <sup>325</sup> Vgl. z. B. sein Buch zur „Narzissmusfalle“: *Haller, Reinhard*: *Die Narzissmusfalle. Anleitung zur Menschen- und Selbstkenntnis*, Salzburg 2013, S. 83 ff.
- <sup>326</sup> Vgl. *Fanny Jiméñsez*, in: *Die Welt* vom 16. Feb. 2015, <http://www.welt.de/136831129>.
- <sup>327</sup> Vgl. hierzu und zu den folgenden Ausführungen über diese Tätergruppen *Fanny Jiméñsez*, in: *Die Welt* vom 16. Feb. 2015, <http://www.welt.de/136831129>.
- <sup>328</sup> Vgl. *Jiméñsez, Fanny*, in: *Die Welt* vom 16. Feb. 2015, <http://www.welt.de/136831129> mit weiteren Verweisen.
- <sup>329</sup> Zur Epigenetik vgl. *Huber, Johannes*: *Liebe lässt sich vererben. Wie wir durch unseren Lebenswandel die Gene beeinflussen können*, 2. Aufl., München 2010, S. 8 ff.
- <sup>330</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 165 mit weiteren Nachweisen.
- <sup>331</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 165 mit weiteren Nachweisen.
- <sup>332</sup> Zu diesen beiden Bedingungen vgl. *Hamann, Sibylle*, in: *Die Presse* vom 18. März 2015, S. 27.
- <sup>333</sup> „Der Mensch ist zur Freiheit befreit“ – aus dem Brief an die Galater im Neuen Testament: *Stuttgarter Neues Testament*, 5. Aufl., Stuttgart 2010, Gal 5,1.
- <sup>334</sup> Vgl. *Kant, Immanuel*: *Grundlegung zur Metaphysik der Sitten*, in: *Kant, Immanuel: Werke in zwölf Bänden*, Band 7, Frankfurt am Main 2000.
- <sup>335</sup> Zur „Dilemmasituation“ gemeinsamer Ressourcen – und auch gemeinsamer Ziele – vgl. *Homann, Karl, Lütge, Christoph*: *Einführung in die Wirtschaftsethik*, 3. Aufl., Berlin 2013, S. 24 ff.
- <sup>336</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 238.
- <sup>337</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 238 f.
- <sup>338</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 239 f.
- <sup>339</sup> Vgl. *Schindler, Jörg*: *Die Rüpel-Republik. Warum sind wir so unsozial?*, Frankfurt am Main 2013, S. 245.
- <sup>340</sup> Zu diesen Strategien und zu den folgenden Ausführungen hierzu vgl. vornehmlich *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 203 ff.
- <sup>341</sup> So formuliert es *Thomas von Aquin* in seiner „*Summa theologica*“, II, 25, 9., zit. nach: *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 206. Vgl. *von Aquin, Thomas*: *Summa Theologica. Deutsch-lateinische Ausgabe*, Heidelberg et al. 1974.
- <sup>342</sup> Vgl. *Burger, Anton*: *Zum Wein in der Bibel. Im Rebstock ist Leben*, S. 182 f. mit weiteren Verweisen.
- <sup>343</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 206.
- <sup>344</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 208 f.
- <sup>345</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 209.
- <sup>346</sup> Vgl. *Plutarch*: *Was Feinde nützen können*, *Moralia*, zit. nach *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 216 ff.
- <sup>347</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 218.
- <sup>348</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 211 f.
- <sup>349</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 212.
- <sup>350</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 215 und 218.

- <sup>351</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 21 8 ff.
- <sup>352</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 224 und 231.
- <sup>353</sup> Vgl. *Weß, Paul*: „Lasst euch mit Gott versöhnen“, in: Die Furche 14/2015, S. 4.
- <sup>354</sup> Vgl. *Weß, Paul*: „Lasst euch mit Gott versöhnen“, in: Die Furche 14/2015, S. 4.
- <sup>355</sup> *Weß, Paul*: „Lasst euch mit Gott versöhnen“, in: Die Furche 14/2015, S. 5.
- <sup>356</sup> Vgl. *de Saint-Exupéry, Antoine*: Der Kleine Prinz, Köln 2015, S. 69; Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben, Düsseldorf 2012, S. 99 ff.
- <sup>357</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben, Düsseldorf 2012, S. 105.
- <sup>358</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durch das Leben, Düsseldorf 2012, S. 106 f.
- <sup>359</sup> *Weß, Paul*: „Lasst euch mit Gott versöhnen“, in: Die Furche 14/2015, S. 5.
- <sup>360</sup> Vgl. *Weß, Paul*: „Lasst euch mit Gott versöhnen“, in: Die Furche 14/2015, S. 5.
- <sup>361</sup> Vgl. *Weß, Paul*: „Lasst euch mit Gott versöhnen“, in: Die Furche 14/2015, S. 5.
- <sup>362</sup> Vgl. *Bucher, Rainer*: Fluch und Segen: Das Kreuz des Alltags, in: Die Furche 17/2015, S. 14.
- <sup>363</sup> Vgl. *Bucher, Rainer*: Fluch und Segen: Das Kreuz des Alltags, in: Die Furche 17/2015, S. 14.
- <sup>364</sup> Vgl. *Bucher, Rainer*: Fluch und Segen: Das Kreuz des Alltags, in: Die Furche 17/2015, S. 14.
- <sup>365</sup> Vgl. *Bucher, Rainer*: Fluch und Segen: Das Kreuz des Alltags, in: Die Furche 17/2015, S. 14.
- <sup>366</sup> Vgl. *Bucher, Rainer*: Fluch und Segen: Das Kreuz des Alltags, in: Die Furche 17/2015, S. 14.
- <sup>367</sup> Vgl. *Bucher, Rainer*: Fluch und Segen: Das Kreuz des Alltags, in: Die Furche 17/2015, S. 14.
- <sup>368</sup> Vgl. *Bucher, Rainer*: Fluch und Segen: Das Kreuz des Alltags, in: Die Furche 17/2015, S. 14.
- <sup>369</sup> Vgl. *Bucher, Rainer*: Fluch und Segen: Das Kreuz des Alltags, in: Die Furche 17/2015, S. 14.
- <sup>370</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Aufl., Frankfurt am Main 2013, S. 185 ff.
- <sup>371</sup> Vgl. *Bude, Heinz*: Gesellschaft der Angst, Hamburg 2014.
- <sup>372</sup> Vgl. *Bude, Heinz*: Kokon der vollendeten Resignation, in: Die Furche, 20/2015 vom 13. Mai 2015, S. 12.
- <sup>373</sup> Vgl. *Bude, Heinz*: Kokon der vollendeten Resignation, in: Die Furche, 20/2015 vom 13. Mai 2015, S. 12.
- <sup>374</sup> Vgl. *Tauss, Martin*: Phänomen Angst, in: Die Furche, 20/2015 vom 13. Mai 2015, S. 12 f.
- <sup>375</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 79 f.
- <sup>376</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 80.
- <sup>377</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 80.
- <sup>378</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 14.
- <sup>379</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn, 7. Aufl., Göttingen 2007, S. 119.
- <sup>380</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 81 f.
- <sup>381</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 110, Hervorhebung wörtlich aus dem Original.
- <sup>382</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 112.
- <sup>383</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 29.
- <sup>384</sup> Vgl. *Bude, Heinz*: Kokon der vollendeten Resignation, in: Die Furche, 20/2015 vom 13. Mai 2015, S. 13.
- <sup>385</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 113 f.
- <sup>386</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 115.
- <sup>387</sup> Vgl. *Bude, Heinz*: Kokon der vollendeten Resignation, in: Die Furche, 20/2015 vom 13. Mai 2015, S. 13.
- <sup>388</sup> Vgl. *Bude, Heinz*: Kokon der vollendeten Resignation, in: Die Furche, 20/2015 vom 13. Mai 2015, S. 13.
- <sup>389</sup> Vgl. *Bude, Heinz*: Kokon der vollendeten Resignation, in: Die Furche, 20/2015 vom 13. Mai 2015, S. 13.
- <sup>390</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 284.
- <sup>391</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 285 f.
- <sup>392</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 288.
- <sup>393</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 296.
- <sup>394</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 301 f.

- 
- <sup>395</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 302.
- <sup>396</sup> Zu diesen Ideen und den folgenden Ausführungen hierzu vgl. vornehmlich *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 302 f.
- <sup>397</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 304.
- <sup>398</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 304 f.
- <sup>399</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 307 ff.
- <sup>400</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 306 f.
- <sup>401</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 312 f.
- <sup>402</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 313 f.
- <sup>403</sup> Zu den folgenden Ausführungen über Geld in der Lebenskunst vgl. im Wesentlichen *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 315 ff.
- <sup>404</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 316 f.
- <sup>405</sup> Zu den Grundbedürfnissen von Menschen und zum Begriff der „Grenznot“ vgl. die Arbeiten der Begründerin des wissenschaftlichen Faches „Soziale Arbeit“ *Ilse Arlt* (1876 bis 1960): *Arlt, Ilse*: Die Grundlagen der Fürsorge, Wien 1921; *Arlt, Ilse*: Wege zu einer Fürsorgewissenschaft, Wien 1958.
- <sup>406</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 319 f.
- <sup>407</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 320.
- <sup>408</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 322 f.
- <sup>409</sup> Zur Transzendenzvergessenheit und zum Transzendenzverlust der modernen Gesellschaften vgl. *Strasser, Peter*: Die Welt als Schöpfung betrachtet. Eine stille Subversion, Paderborn 2015.
- <sup>410</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 327.
- <sup>411</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 324.
- <sup>412</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 339 ff.
- <sup>413</sup> Vgl. *Burger, Anton*: Zum Wein in der Bibel. Im Rebstock ist Leben, Berlin 2013, S. 128 ff. und 187 ff.
- <sup>414</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 345.
- <sup>415</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 344.
- <sup>416</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: ... trotzdem Ja zum Leben sagen. Ein Psychologe erlebt das Konzentrationslager, 28. Aufl., München 2007, S. 128 f.
- <sup>417</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 353.
- <sup>418</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 364.
- <sup>419</sup> Vgl. *Holzer, Anton*: Wem gehört die Heimat?, in: Die Presse vom 10. Sept. 2016, Spectrum S. III f., Hervorhebungen wörtlich aus dem Original.
- <sup>420</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 23 f.
- <sup>421</sup> Vgl. *Böschmeyer, Uwe*: „Leid kann zu tiefer Sinnerfahrung führen“, in: Geo Wissen 53/2014, S. 134.
- <sup>422</sup> *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 14.
- <sup>423</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 14 (einschließlich Hervorhebung).
- <sup>424</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 12 und 74.
- <sup>425</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 28 f.
- <sup>426</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 50.

- <sup>427</sup> Vgl. Böschemeyer, Uwe: „Leid kann zu tiefer Sinnerfahrung führen“, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 134 ff.
- <sup>428</sup> Vgl. Böschemeyer, Uwe: „Leid kann zu tiefer Sinnerfahrung führen“, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 136 f.
- <sup>429</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 26.
- <sup>430</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 26 (einschließlich Hervorhebung).
- <sup>431</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 26.
- <sup>432</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 26.
- <sup>433</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 20.
- <sup>434</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 21.
- <sup>435</sup> Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 21.
- <sup>436</sup> Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 27 (eigene Hervorhebung).
- <sup>437</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 27.
- <sup>438</sup> Vgl. <http://www.abschiedstrauer.de/gast-auf-erden-trauergedicht.htm>, abgerufen am 28. Nov. 2016; hervorgehobene Textteile wörtlich aus *Frank Maibaums* Gedicht „Gast auf Erden“.
- <sup>439</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 27 f.
- <sup>440</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 41.
- <sup>441</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 41 (einschließlich Hervorhebungen).
- <sup>442</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 42.
- <sup>443</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 388 ff.
- <sup>444</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 37.
- <sup>445</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 30.
- <sup>446</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 30.
- <sup>447</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 31.
- <sup>448</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 32.
- <sup>449</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 31.
- <sup>450</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 34.
- <sup>451</sup> Zum „Logos“ im Verständnis von „Sinn“ vgl. *Lapide, Pinchas*: *Ist die Bibel richtig übersetzt?*, 2. Aufl., Gütersloh 2008, S. 22 f.
- <sup>452</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 39, Hervorhebung wörtlich aus dem Original.
- <sup>453</sup> Zum Begriff „Über-Sinn“ vgl. *Frankl, Viktor E.*: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 39.
- <sup>454</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 365.
- <sup>455</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 366 f.
- <sup>456</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 366.
- <sup>457</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 368.
- <sup>458</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 369 f.
- <sup>459</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 370.
- <sup>460</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 370.
- <sup>461</sup> Vgl. *Gernhardt, Robert*: *Später Spagat*, 4. Aufl. Frankfurt am Main 2006; *Hildebrandt, Dieter*: *Sterbensworte eines Virtuosen*, in *Die Zeit* vom 10. Aug. 2006, unter: <http://www.zeit.de/2006/33/L-Gernhardt>, abgerufen am 19.02.2016.
- <sup>462</sup> Vgl. *Helmberger, Doris*: „Widerstand und Keckheit gegen den Untergang“, in: *Die Furche*, 12/2016 vom 24. März 2016, S. 24.
- <sup>463</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 370 f.
- <sup>464</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: *Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt*, Berlin 2014, S. 366.
- <sup>465</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 55.
- <sup>466</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 51 u. 53.
- <sup>467</sup> Vgl. Frankl, Viktor E.: *Grundkonzepte der Logotherapie*, Wien 2015, S. 53.

<sup>468</sup> Zu diesen Varianten vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 371.

<sup>469</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 372.

<sup>470</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 377.

<sup>471</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 378.

<sup>472</sup> *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 378.

<sup>473</sup> *Weß, Paul*: „Lasst euch mit Gott versöhnen“, in: Die Furche 14/2015, S. 5.

<sup>474</sup> *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 381.

<sup>475</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 381.

<sup>476</sup> Vgl. *Haller, Reinhard*: Die Narzissmusfalle. Anleitung zur Menschen- und Selbstkenntnis, Salzburg 2013, S. 181 ff.

<sup>477</sup> Vgl. *Haller, Reinhard*: Die Narzissmusfalle. Anleitung zur Menschen- und Selbstkenntnis, Salzburg 2013, S. 11 ff.

<sup>478</sup> Vgl. *Haller, Reinhard*: Die Narzissmusfalle. Anleitung zur Menschen- und Selbstkenntnis, Salzburg 2013, S. 173.

<sup>479</sup> Zum Folgenden vgl. *Haller, Reinhard*: Die Narzissmusfalle. Anleitung zur Menschen- und Selbstkenntnis, Salzburg 2013, S. 39 ff.; auch *Richter, Claudia*, in: Die Presse vom 21. April 2013, S. 22.

<sup>480</sup> Vgl. *Horx, Matthias*: Warum Terror nie gewinnen kann, in: Die Presse vom 19. Dez. 2015, Spectrum S. I f.

<sup>481</sup> Vgl. *Horx, Matthias*: Warum Terror nie gewinnen kann, in: Die Presse vom 19. Dez. 2015, Spectrum S. II.

<sup>482</sup> Hierzu und zum Folgenden vgl. *Singer, Tania*, in: Die Presse vom 13. März 2011, S. 17.

<sup>483</sup> Vgl. *Singer, Tania*, in: Die Presse vom 13. März 2011, S. 17.

<sup>484</sup> Vgl. *Singer, Tania*, in: Die Presse vom 13. März 2011, S. 17.

<sup>485</sup> Vgl. *Singer, Tania*, in: Die Presse vom 13. März 2011, S. 17.

<sup>486</sup> Zum Verhältnis zwischen „Fairness“ und „Empathie“ in den folgenden Ausführungen vgl. *Singer, Tania*, in: Die Presse vom 13. März 2011, 17.

<sup>487</sup> Vgl. *Singer, Tania*, in: Die Presse vom 13. März 2011, S. 17.

<sup>488</sup> Vgl. *Singer, Tania*, in: Die Presse vom 13. März 2011, S. 17.

<sup>489</sup> Vgl. *Singer, Tania*, in: Die Presse vom 13. März 2011, S. 17.

<sup>490</sup> Vgl. *Beckett, Samuel*: Warten auf Godot, 35. Auflage, Berlin 2011.

<sup>491</sup> Vgl. *Schaffrath, Victoria*: Religiöse Bezüge in Samuel Becketts „Warten auf Godot“ und ein Versuch ihrer Deutung, 2011, S. 1 ff., abrufbar unter: <http://schauspiel-zentrum.de/wordpress/wp-content/uploads/2013/02/Religi%C3%B6se-Bez%C3%BCge-in-S.-Becketts-Warten-auf-Godot.pdf> mit weiteren Verweisen.

<sup>492</sup> Vgl. *Beckett, Samuel*: Warten auf Godot, 35. Auflage, Berlin 2011.

<sup>493</sup> Vgl. *Schaffrath, Victoria*: Religiöse Bezüge in Samuel Becketts „Warten auf Godot“ und ein Versuch ihrer Deutung, 2011, S. 6, abrufbar unter: <http://schauspiel-zentrum.de/wordpress/wp-content/uploads/2013/02/Religi%C3%B6se-Bez%C3%BCge-in-S.-Becketts-Warten-auf-Godot.pdf> mit weiteren Verweisen.

<sup>494</sup> Vgl. *Schaffrath, Victoria*: Religiöse Bezüge in Samuel Becketts „Warten auf Godot“ und ein Versuch ihrer Deutung, 2011, S. 17 f., abrufbar unter: <http://schauspiel-zentrum.de/wordpress/wp-content/uploads/2013/02/Religi%C3%B6se-Bez%C3%BCge-in-S.-Becketts-Warten-auf-Godot.pdf> mit weiteren Verweisen.

<sup>495</sup> Vgl. *Schaffrath, Victoria*: Religiöse Bezüge in Samuel Becketts „Warten auf Godot“ und ein Versuch ihrer Deutung, 2011, S. 17 f., abrufbar unter: <http://schauspiel-zentrum.de/wordpress/wp-content/uploads/2013/02/Religi%C3%B6se-Bez%C3%BCge-in-S.-Becketts-Warten-auf-Godot.pdf> mit weiteren Verweisen.

<sup>496</sup> Vgl. *Schaffrath, Victoria*: Religiöse Bezüge in Samuel Becketts „Warten auf Godot“ und ein Versuch ihrer Deutung, 2011, S. 18 ff., abrufbar unter: <http://schauspiel-zentrum.de/wordpress/wp-content/uploads/2013/02/Religi%C3%B6se-Bez%C3%BCge-in-S.-Becketts-Warten-auf-Godot.pdf> mit weiteren Verweisen.

<sup>497</sup> Vgl. *Tschank, Ingrid*: Ich will dich trösten, in: Krone bunt vom 8. Feb. 2016, S. 52.

<sup>498</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 428.

<sup>499</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 428.

<sup>500</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 428 f.

<sup>501</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 429.

<sup>502</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 429 f.

<sup>503</sup> Vgl. *Tschank, Ingrid*: Ich will dich trösten, in: *Krone bunt* vom 8. Feb. 2016, S. 52.

<sup>504</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 430.

<sup>505</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 430.

<sup>506</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 431 f.

<sup>507</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 432.

<sup>508</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 433.

<sup>509</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 433 f.

<sup>510</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 433 ff.

<sup>511</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 436, Hervorhebung wörtlich aus dem Original.

<sup>512</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 437.

<sup>513</sup> Vgl. *Imlinger, Christine*: Von der Kunst, heiter und gelassen älter zu werden, in: *Die Presse* vom 20. April 2014, S. 36 f.

<sup>514</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 437.

<sup>515</sup> Vgl. *Niemz, Markolf H.*: Bin ich, wenn ich nicht mehr bin? Ein Physiker entschlüsselt die Ewigkeit, Freiburg 2011, S. 91 ff.

<sup>516</sup> Vgl. *Niemz, Markolf H.*: Bin ich, wenn ich nicht mehr bin? Ein Physiker entschlüsselt die Ewigkeit, Freiburg 2011, S. 107 ff., Hervorhebungen wörtlich aus dem Original.

<sup>517</sup> Vgl. *Martens, Jens-Uwe*: Im Herzen kennen wir das Zögern. Der Kleine Prinz als Begleiter durchs Leben, Düsseldorf 2012, S. 7 ff.

<sup>518</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 437 ff.

<sup>519</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 442.

<sup>520</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 12 f.

<sup>521</sup> Vgl. *Halmer, Nikolaus*: Theoretiker des kommunikativen Handelns, in: *Die Furche*, 24/2014 vom 12. Juni 2014, S. 19.

<sup>522</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 21 ff.

<sup>523</sup> Vgl. *Bauer, Joachim*: Prinzip Menschlichkeit. Warum wir von Natur aus kooperieren, München 2008, S. 34.

<sup>524</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 30 ff.

<sup>525</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 33.

<sup>526</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 37.

- <sup>527</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 50, Hervorhebung aus dem Original.
- <sup>528</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 57.
- <sup>529</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 58 ff.
- <sup>530</sup> So spricht der katholische Bischof *Egon Kapellari* davon, dass die Kirche für viele Probleme zwar keine konkreten Rezepte, aber mit ihrer „frohen Botschaft“ einen wertvollen Kompass für das Handeln anzubieten habe; vgl. *Kapellari, Egon*: Schritte zur Mitte. Eine Nachlese, Wien 2015, Klappentext.
- <sup>531</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 76.
- <sup>532</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 85.
- <sup>533</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 80 ff.
- <sup>534</sup> Zum „Schleier des Nichtwissens“ bei der Entwicklung von Normen vgl. *Rawls, John*: *A Theory of Justice*. Revised Edition. Belknap Press of Harvard University Press, Cambridge MA 1999, S. 118; *Sandel, Michael J.*: *Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun*, Berlin 2013, S. 193 ff.
- <sup>535</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 79.
- <sup>536</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 209 ff.
- <sup>537</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 213 ff.
- <sup>538</sup> Vgl. *Imlinger, Christine*: „Gongschlag 60 ist das große Entsetzen hereingebrochen“, Interview mit Wilhelm Schmid, in: *Die Presse* vom 20. April 2014, S. 37.
- <sup>539</sup> Zum „Sehen mit dem Herzen“ vgl. *de Saint-Exupéry, Antoine*: *Der Kleine Prinz*, Köln 2015, S. 71.
- <sup>540</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 227.
- <sup>541</sup> Vgl. *Schaffrath, Victoria*: Religiöse Bezüge in Samuel Becketts „Warten auf Godot“ und ein Versuch ihrer Deutung, 2011, S. 17, abrufbar unter: <http://schauspiel-zentrum.de/wordpress/wp-content/uploads/2013/02/Religi%C3%B6se-Bez%C3%BCge-in-S.-Becketts-Warten-auf-Godot.pdf> mit weiteren Verweisen.
- <sup>542</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 234.
- <sup>543</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 236 ff.
- <sup>544</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 178 ff.
- <sup>545</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 182.
- <sup>546</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 184.
- <sup>547</sup> Vgl. *de Botton, Alain*: Religion für Atheisten. Vom Nutzen der Religion für das Leben, 4. Auflage, Frankfurt am Main 2013, S. 187; in der Schlussfolgerung heißt es schließlich: „Religionen sind insgesamt gesehen zu nützlich, effektiv und intelligent, um sie allein den Gläubigen zu überlassen.“ (S. 301) – Eine durchaus wohlwollende und versöhnliche Sicht auf Religionen.
- <sup>548</sup> Vgl. *Reddemann, Luise, Wetzel, Syliva*: *Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen*, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 87 ff.
- <sup>549</sup> Vgl. *Reddemann, Luise, Wetzel, Syliva*: *Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen*, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 87 ff.; auch der folgende Hinweis auf das Theaterstück „Das Missverständnis“ findet sich dort.
- <sup>550</sup> Vgl. *Reddemann, Luise, Wetzel, Syliva*: *Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen*, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 96.
- <sup>551</sup> Vgl. *Reddemann, Luise, Wetzel, Syliva*: *Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen*, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 95.



<sup>552</sup> Vgl. Reddemann, Luise, Wetzel, Syliva: Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 110.

<sup>553</sup> Reddemann, Luise, Wetzel, Syliva: Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 120.

<sup>554</sup> Vgl. Reddemann, Luise, Wetzel, Syliva: Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 120.

<sup>555</sup> Vgl. Reddemann, Luise, Wetzel, Syliva: Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 122 ff.

<sup>556</sup> Vgl. Martenstein, Harald, in: Geo Wissen 53/2014, S. 159 f.

<sup>557</sup> Vgl. Martenstein, Harald, in: Geo Wissen 53/2014, S. 160.

<sup>558</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 115 f.

<sup>559</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 116.

<sup>560</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 116.

<sup>561</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 116.

<sup>562</sup> Vgl. Martenstein, Harald, in: Geo Wissen 53/2014, S. 160.

<sup>563</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 118.

<sup>564</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 118.

<sup>565</sup> Vgl. die Philosophin Bettina Bussmann im Interview: Nimmervoll, Lisa: Philosophin: „Wir sollten sokratische Störenfriede heranziehen“, in: Der Standard vom 24. Nov. 2015, S. 8.

<sup>566</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 118.

<sup>567</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 7 ff.

<sup>568</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 13 ff.

<sup>569</sup> Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 14.

<sup>570</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 16.

<sup>571</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 32 ff.

<sup>572</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 70.

<sup>573</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 53 ff.

<sup>574</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 79, 133 f.

<sup>575</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 151 ff., Ausführungen von Franco Volpi zu Arthur Schopenhauer.

<sup>576</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 151 ff., Ausführungen von Franco Volpi zu Arthur Schopenhauer.

<sup>577</sup> Vgl. Schopenhauer, Arthur: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 151 ff., Ausführungen von Franco Volpi zu Arthur Schopenhauer.

<sup>578</sup> De Saint-Exupéry, Antoine: Der Kleine Prinz, Köln 2015, S. 71.

<sup>579</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 119.

<sup>580</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 118 f.

<sup>581</sup> Vgl. Weiß, Bertram, in: Geo Wissen 53/2014, S. 118 f.

<sup>582</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 11.

<sup>583</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 30.

<sup>584</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 73.

<sup>585</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 74.

<sup>586</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 41.

<sup>587</sup> Vgl. Schmid, Wilhelm: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 74 ff.

- <sup>588</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 120 f.
- <sup>589</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 207 f.
- <sup>590</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 208 ff.
- <sup>591</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 225.
- <sup>592</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 228.
- <sup>593</sup> Vgl. *Safranski, Rüdiger*: „Das Böse oder Das Drama der Freiheit“, 1997; *Liessmann, Konrad P.*: „Das Böse ist das Drama der Freiheit“, in: Die Presse vom 27. April 2012, S. 48.
- <sup>594</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 230.
- <sup>595</sup> Vgl. *Liessmann, Konrad P.*: Das Böse ist das Drama der Freiheit, in: Die Presse vom 27. April 2012, S. 48.
- <sup>596</sup> Vgl. *Liessmann, Konrad P.*: Das Böse ist das Drama der Freiheit, in: Die Presse vom 27. April 2012, S. 48.
- <sup>597</sup> Vgl. *Liessmann, Konrad P.*: Das Böse ist das Drama der Freiheit, in: Die Presse vom 27. April 2012, S. 48.
- <sup>598</sup> Vgl. *Liessmann, Konrad P.*: Das Böse ist das Drama der Freiheit, in: Die Presse vom 27. April 2012, S. 48.
- <sup>599</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 370.
- <sup>600</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 112 f.
- <sup>601</sup> Vgl. *Imlinger, Christine*: „Gongschlag 60 ist das große Entsetzen hereingebrochen“, Interview mit Schmid, Wilhelm, in: Die Presse vom 20. April 2014, S. 37.
- <sup>602</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 113.
- <sup>603</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 114.
- <sup>604</sup> *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 114.
- <sup>605</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 115.
- <sup>606</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 115.
- <sup>607</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 117.
- <sup>608</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 118.
- <sup>609</sup> Vgl. *Senger, Gerti*: Die Demütigung, in: Krone bunt vom 8. Feb. 2016, S. 33.
- <sup>610</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 118.
- <sup>611</sup> Vgl. *Fukuyama, Francis*: Das Ende der Geschichte. Wo stehen wir?, Reinbek 1992.
- <sup>612</sup> Vgl. *Cavallar, Georg*: Panik! Es droht der Untergang, in: Die Furche vom 11. Aug. 2016, S. 11.
- <sup>613</sup> „Too much democracy“ wird vor allem von Andrew Sullivan, „against democracy“ von Jason Brennan in den Diskurs eingebracht; vgl. *Lobe, Adrian*: Herrschaft der Weisen statt Demokratie, in: Die Furche, 43/2016 vom 27. Okt. 2016, S. 6.
- <sup>614</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 118 ff.
- <sup>615</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 119 ff.
- <sup>616</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 129 ff.
- <sup>617</sup> *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 83.
- <sup>618</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 120.
- <sup>619</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 122 und 129 ff.
- <sup>620</sup> *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 168.
- <sup>621</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 163 ff.
- <sup>622</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 163 ff.
- <sup>623</sup> *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 191.
- <sup>624</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Schönes Leben? Einführung in die Lebenskunst, Frankfurt am Main 2005, S. 186 ff.
- <sup>625</sup> Vgl. *Schweitzer, Albert*: Die Ehrfurcht vor dem Leben, Grundtexte aus fünf Jahrzehnten, hrsg. von Hans Walter Bähr, 10. Aufl., München 2013, S. 111, Hervorhebungen wörtlich aus dem Original.
- <sup>626</sup> *Schweitzer, Albert*: Die Ehrfurcht vor dem Leben, Grundtexte aus fünf Jahrzehnten, hrsg. von Hans Walter Bähr, 10. Aufl., München 2013, S. 110.
- <sup>627</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 395.
- <sup>628</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 396.

- 
- <sup>629</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 396.
- <sup>630</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 396.
- <sup>631</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 397.
- <sup>632</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 398.
- <sup>633</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 398.
- <sup>634</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 398.
- <sup>635</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 398 f.
- <sup>636</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 399.
- <sup>637</sup> *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 399.
- <sup>638</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 401.
- <sup>639</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 401 f.
- <sup>640</sup> *Heller, Andreas*: Um-sorgen statt Ent-sorgen, in: *Die Furche*, 23/2013 vom 5. Juni 2013, S. 9.
- <sup>641</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 404 f.
- <sup>642</sup> Vgl. *Heller, Andreas*: Um-sorgen statt Ent-sorgen, in: *Die Furche*, 23/2013 vom 5. Juni 2013, S. 9.
- <sup>643</sup> Vgl. *Kampits, Peter*: Die Pflicht zu leben, das Recht zu sterben, in: *Die Presse* vom 15. Mai 2011, S. 46.
- <sup>644</sup> Vgl. *Kampits, Peter*: Die Pflicht zu leben, das Recht zu sterben, in: *Die Presse* vom 15. Mai 2011, S. 46.
- <sup>645</sup> Vgl. *Kampits, Peter*: Die Pflicht zu leben, das Recht zu sterben, in: *Die Presse* vom 15. Mai 2011, S. 46.
- <sup>646</sup> Vgl. *Kampits, Peter*: Die Pflicht zu leben, das Recht zu sterben, in: *Die Presse* vom 15. Mai 2011, S. 46.
- <sup>647</sup> Vgl. *Kampits, Peter*: Die Pflicht zu leben, das Recht zu sterben, in: *Die Presse* vom 15. Mai 2011, S. 47.
- <sup>648</sup> Vgl. *Kampits, Peter*: Die Pflicht zu leben, das Recht zu sterben, in: *Die Presse* vom 15. Mai 2011, S. 47.
- <sup>649</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 406.
- <sup>650</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 407, Hervorhebungen wörtlich aus dem Original.
- <sup>651</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 408.
- <sup>652</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 409 f.
- <sup>653</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 413.
- <sup>654</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 414.
- <sup>655</sup> *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 416.
- <sup>656</sup> So erklärt der Caritasdirektor *Michael Landau* (Wien), in: *Die Furche*, 44/2013 vom 31. Okt. 2013, im Kontext der Hospizarbeit: „Die verbleibende Zeit soll zu einer erfüllten gemacht werden“.
- <sup>657</sup> Zu diesen Erkenntnissen vgl. *Weiß, Bertram*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 119.
- <sup>658</sup> Vgl. *Weiß, Bertram*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 119.
- <sup>659</sup> Vgl. *Weiß, Bertram*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 119 f.
- <sup>660</sup> Vgl. *Eberle, Ute*: Die gefährliche Frage nach dem Sinn, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 62.
- <sup>661</sup> Vgl. *Eberle, Ute*: Die gefährliche Frage nach dem Sinn, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 62.
- <sup>662</sup> Vgl. *Eberle, Ute*: Die gefährliche Frage nach dem Sinn, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 62.
- <sup>663</sup> Vgl. *Eberle, Ute*: Die gefährliche Frage nach dem Sinn, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 63.
- <sup>664</sup> Vgl. *Eberle, Ute*: Die gefährliche Frage nach dem Sinn, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 63.

- <sup>665</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 10.
- <sup>666</sup> Zu diesen Ebenen und ihren Inhalten vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 11, 70 f., 81 f., 102 f., 274 f., 388 ff.
- <sup>667</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Die Macht der inneren Bilder, 3. Aufl., Göttingen 2006, S. 9.
- <sup>668</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Die Macht der inneren Bilder, 3. Aufl., Göttingen 2006, S. 16.
- <sup>669</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Die Macht der inneren Bilder, 3. Aufl., Göttingen 2006, S. 19.
- <sup>670</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Die Macht der inneren Bilder, 3. Aufl., Göttingen 2006, S. 25 ff.
- <sup>671</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Die Macht der inneren Bilder, 3. Aufl., Göttingen 2006, S. 49 ff.
- <sup>672</sup> *Hüther, Gerald*: Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn, 7. Aufl., Göttingen 2007, S. 62; *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 26.
- <sup>673</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Die Macht der inneren Bilder, 3. Aufl., Göttingen 2006, S. 130.
- <sup>674</sup> Vgl. *Hüther, Gerald*: Die Macht der inneren Bilder, 3. Aufl., Göttingen 2006, S. 134 f.
- <sup>675</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 392.
- <sup>676</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 393.
- <sup>677</sup> Vgl. *Strasser, Peter*: Hirn mit Mensch, in: Die Presse vom 16. Aug. 2014, Spectrum S. I f., Hervorhebungen wörtlich aus dem Original; ferner *Strasser, Peter*: Die Welt als Schöpfung betrachtet. Eine stille Subversion, Paderborn 2015.
- <sup>678</sup> Vgl. *Strasser, Peter*: Hirn mit Mensch, in: Die Presse vom 16. Aug. 2014, Spectrum S. I f., Hervorhebungen wörtlich aus dem Original; ferner *Strasser, Peter*: Diktatur des Gehirns. Für eine Philosophie des Geistes, Paderborn 2014.
- <sup>679</sup> Vgl. *Strasser, Peter*: Hirn mit Mensch, in: Die Presse vom 16. Aug. 2014, Spectrum S. II.
- <sup>680</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 393.
- <sup>681</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 45.
- <sup>682</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 43 ff.
- <sup>683</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 393 f.
- <sup>684</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 394.
- <sup>685</sup> Vgl. *Martenstein, Harald*: „Mach was draus“, in: Geo Wissen 53/2014, S. 161.
- <sup>686</sup> Vgl. *Schmid, Wilhelm*: Dem Leben Sinn geben. Von der Lebenskunst im Umgang mit Anderen und der Welt, Berlin 2014, S. 394.
- <sup>687</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 50.
- <sup>688</sup> Vgl. *Eberle, Ute*: Die gefährliche Frage nach dem Sinn, in: Geo Wissen 53/2014, S. 63.
- <sup>689</sup> Vgl. *Martenstein, Harald*: „Mach was draus“, in: Geo Wissen 53/2014, S. 161.
- <sup>690</sup> Vgl. *Martenstein, Harald*: „Mach was draus“, in: Geo Wissen 53/2014, S. 161.
- <sup>691</sup> Vgl. *Sedmak, Clemens*: Die Kunst des Liebens, in: Geo Wissen 53/2014, S. 30.
- <sup>692</sup> Vgl. *Sedmak, Clemens*: Die Kunst des Liebens, in: Geo Wissen 53/2014, S. 30.
- <sup>693</sup> Vgl. *Martenstein, Harald*: „Mach was draus“, in: Geo Wissen 53/2014, S. 161.
- <sup>694</sup> Vgl. *Eberle, Ute*: Die gefährliche Frage nach dem Sinn, in: Geo Wissen 53/2014, S. 66.
- <sup>695</sup> Vgl. *Eberle, Ute*: Die gefährliche Frage nach dem Sinn, in: Geo Wissen 53/2014, S. 66.
- <sup>696</sup> Vgl. *Sedmak, Clemens*: Die Kunst des Liebens, in: Geo Wissen 53/2014, S. 27.
- <sup>697</sup> Vgl. *Weiss, Marlene, Simon, Claus Peter*: Geld macht doch glücklich!, in: Geo Wissen 53/2014, S. 60.
- <sup>698</sup> Vgl. *Weiss, Marlene, Simon, Claus Peter*: Geld macht doch glücklich!, in: Geo Wissen 53/2014, S. 60.
- <sup>699</sup> Vgl. *Weiss, Marlene, Simon, Claus Peter*: Geld macht doch glücklich!, in: Geo Wissen 53/2014, S. 60.
- <sup>700</sup> Vgl. *Weiss, Marlene, Simon, Claus Peter*: Geld macht doch glücklich!, in: Geo Wissen 53/2014, S. 60.
- <sup>701</sup> Vgl. *Weiss, Marlene, Simon, Claus Peter*: Geld macht doch glücklich!, in: Geo Wissen 53/2014, S. 60.
- <sup>702</sup> Vgl. *Weiss, Marlene, Simon, Claus Peter*: Geld macht doch glücklich!, in: Geo Wissen 53/2014, S. 61.
- <sup>703</sup> Vgl. *Weiss, Marlene, Simon, Claus Peter*: Geld macht doch glücklich!, in: Geo Wissen 53/2014, S. 61.
- <sup>704</sup> Vgl. *Kuhl, Julius*: Pendeln um die Goldene Mitte. Glück aus psychologischer Perspektiven, in: Forschung & Lehre 11/2013, S. 884.
- <sup>705</sup> Vgl. *Kuhl, Julius*: Pendeln um die Goldene Mitte. Glück aus psychologischer Perspektiven, in: Forschung & Lehre 11/2013, S. 885.

- <sup>706</sup> Vgl. *Kuhl, Julius*: Pendeln um die Goldene Mitte. Glück aus psychologischer Perspektiven, in: *Forschung & Lehre* 11/2013, S. 885.
- <sup>707</sup> Vgl. *Kuhl, Julius*: Pendeln um die Goldene Mitte. Glück aus psychologischer Perspektiven, in: *Forschung & Lehre* 11/2013, S. 885.
- <sup>708</sup> Vgl. *Pieper, Annemarie*: Glück als befriedetes Leben. Was sagt die Philosophie über das Glück?, in: *Forschung & Lehre* 11/2013, S. 888.
- <sup>709</sup> Vgl. *Delhey, Jan*: Haben, Lieben, Sein. Was ist dem Glück förderlich? Soziologische Anmerkungen, in: *Forschung & Lehre* 11/2013, S. 890.
- <sup>710</sup> Vgl. *Delhey, Jan*: Haben, Lieben, Sein. Was ist dem Glück förderlich? Soziologische Anmerkungen, in: *Forschung & Lehre* 11/2013, S. 891.
- <sup>711</sup> Vgl. *Graf, Ulrike*: Was will ich in dieser Welt und für diese Welt?, in: *Forschung & Lehre* 11/2013, S. 893.
- <sup>712</sup> Vgl. *Romberg, Johanna*: Erkenne dich *selbst!*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 109.
- <sup>713</sup> Vgl. *Romberg, Johanna*: Erkenne dich *selbst!*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 110.
- <sup>714</sup> Vgl. *Romberg, Johanna*: Erkenne dich *selbst!*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 110.
- <sup>715</sup> Vgl. *Romberg, Johanna*: Erkenne dich *selbst!*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 109.
- <sup>716</sup> Vgl. *Romberg, Johanna*: Erkenne dich *selbst!*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 110.
- <sup>717</sup> Vgl. *Romberg, Johanna*: Erkenne dich *selbst!*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 110.
- <sup>718</sup> Vgl. *Romberg, Johanna*: Erkenne dich *selbst!*, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 110.
- <sup>719</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 139.
- <sup>720</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 140.
- <sup>721</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 140.
- <sup>722</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 140.
- <sup>723</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 140.
- <sup>724</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 141.
- <sup>725</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 141.
- <sup>726</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 142.
- <sup>727</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 144.
- <sup>728</sup> Vgl. *Burger, Anton*: Unternehmensethik und Erstes Testament. Eine bundestheologische Analyse unter besonderer Berücksichtigung der positiven Emotionalität, Berlin 2010, S. 246 ff.
- <sup>729</sup> Vgl. *Tügel, Hanne*: Vom Wert der Arbeit, in: *Geo Wissen* 53/2014, S. 146.
- <sup>730</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 125.
- <sup>731</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 112.
- <sup>732</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 112.
- <sup>733</sup> *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 126.
- <sup>734</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 127.
- <sup>735</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 129 ff.
- <sup>736</sup> *Hüther, Gerald*: Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn, 7. Aufl., Göttingen 2007, S. 62; *Hüther, Gerald*: Biologie der Angst. Wie aus Streß Gefühle werden, 8. Aufl., Göttingen 2007, S. 26.
- <sup>737</sup> *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 132.
- <sup>738</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 132 f.
- <sup>739</sup> Vgl. *Zweig, Stefan*: Die geistige Einheit Europas, in: *Die Presse* vom 2. Juli 2016, *Spectrum* S. I f. (1936 veröffentlicht).
- <sup>740</sup> Vgl. *Homann, Karl, Lütge, Christoph*: Einführung in die Wirtschaftsethik, 3. Aufl., Göttingen 2013, S. 24 ff.
- <sup>741</sup> Vgl. *Pieper, Annemarie*: Glück als befriedetes Leben. Was sagt die Philosophie über das Glück?, in: *Forschung & Lehre*, 11/2013, S. 888.
- <sup>742</sup> Vgl. *Niewiadomski, Józef*: Wir brauchen keinen Sündenbock, in: *Die Furche*, 46/2015 vom 12. Nov. 2015, S. 11.
- <sup>743</sup> Vgl. *Homann, Karl, Lütge, Christoph*: Einführung in die Wirtschaftsethik, 3. Aufl., Göttingen 2013, S. 24 ff.

- <sup>744</sup> Vgl. *Engelberg, Martin*: Das Lösen des Flüchtlingsproblems: Ein paar Lektionen für alle, in: Die Presse vom 19. Jan. 2016, S. 23.
- <sup>745</sup> Vgl. *Simon, Anne-Catherine*: „Es wird von Wellen geschüttelt, doch es geht nicht unter“, in: Die Presse vom 17. Nov. 2015, S. 23.
- <sup>746</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 79.
- <sup>747</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 79.
- <sup>748</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 133 f.
- <sup>749</sup> Vgl. *Homann, Karl, Lütge, Christoph*: Einführung in die Wirtschaftsethik, 3. Aufl., Berlin 2013, S. 24 ff., wo sog. „Dilemmastrukturen“ systematisch abgebildet und ihre Bedeutung für die Ethik erörtert werden.
- <sup>750</sup> Vgl. *Homann, Karl, Lütge, Christoph*: Einführung in die Wirtschaftsethik, 3. Aufl., Berlin 2013, S. 24 ff.
- <sup>751</sup> Vgl. *Homann, Karl, Lütge, Christoph*: Einführung in die Wirtschaftsethik, 3. Aufl., Berlin 2013, S. 24 ff.
- <sup>752</sup> So auch *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 136.
- <sup>753</sup> Vgl. *Burger, Anton*: Unternehmensethik und Erstes Testament. Eine bundestheologische Analyse unter besonderer Berücksichtigung der positiven Emotionalität, Berlin 2010, S. 315 ff. mit weiteren Verweisen.
- <sup>754</sup> Vgl. *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2009, S. 165 ff.
- <sup>755</sup> Vgl. *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2009, S. 177.
- <sup>756</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 127.
- <sup>757</sup> Vgl. *Hofmann, Werner*: Goya. Vom Himmel durch die Welt zur Hölle, München 2003; Hervorhebungen wörtlich aus dem Original.
- <sup>758</sup> Vgl. *Schopenhauer, Arthur*: Über das Mitleid. Das Mitleid hebt die Mauer zwischen du und ich auf, 5. Aufl., München 2011, S. 18.
- <sup>759</sup> Vgl. *Frankl, Viktor E.*: Grundkonzepte der Logotherapie, Wien 2015, S. 28 f.
- <sup>760</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 16, Fußnote 2.
- <sup>761</sup> *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 18.
- <sup>762</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 18 ff.
- <sup>763</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 22.
- <sup>764</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 23.
- <sup>765</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 40 ff.
- <sup>766</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 44 ff. einschließlich des wörtlichen Zitats (S. 45).
- <sup>767</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 23 f.
- <sup>768</sup> Zum „Bund“ in der Theologie und in der Unternehmensethik vgl. *Burger, Anton*: Unternehmensethik und Erstes Testament. Eine bundestheologische Analyse unter besonderer Berücksichtigung der positiven Emotionalität, Berlin 2010, S. 133 ff.
- <sup>769</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 28.
- <sup>770</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 24.
- <sup>771</sup> Vgl. *Kampits, Peter*: Haben wir das Teilen verlernt?, in: Die Presse vom 9. Juli 2016, Spectrum S. 1 f.
- <sup>772</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 24 f. einschließlich des wörtlichen Zitats.
- <sup>773</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 26.
- <sup>774</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 29 f.
- <sup>775</sup> Vgl. *Reddemann, Luise, Wetzels, Syliva*: Der Weg entsteht unter deinen Füßen. Achtsamkeit und Mitgefühl in Übergängen und Lebenskrisen, 4. Aufl., Freiburg 2013, S. 198.
- <sup>776</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 69 f.
- <sup>777</sup> Zur – prozeduralen – Gerechtigkeit als „Tugend sozialer Institutionen“ vgl. *Suchanek, Andreas*: Ökonomische Ethik, 2. Aufl., Tübingen 2007, S. 153 ff.; zur Figur des „Schleier des Nichtwissens“ in der Theorie der Gerechtigkeit vgl. *Rawls, John*: *A Theory of Justice*. Revised Edition. Belknap Press of Harvard University Press, Cambridge MA 1999, S. 118; *Sandel, Michael J.*: Gerechtigkeit. Wie wir das Richtige tun, Berlin 2013, S. 193.
- <sup>778</sup> Vgl. *Homann, Karl, Lütge, Christoph*: Einführung in die Wirtschaftsethik, 3. Aufl., Berlin 2013, S. 24 ff.

---

<sup>779</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 70 f. und 138 ff.

<sup>780</sup> Vgl. *Oermann, Nils Ole*: Wirtschaftsethik. Vom freien Markt bis zur Share Economy, München 2015, S. 75 ff.

<sup>781</sup> Vgl. *Boff, Leonardo*: Achtsamkeit. Von der Notwendigkeit, unsere Haltung zu ändern, München 2013, S. 103.

<sup>782</sup> Zur Differenzierung in „Sinn im Leben“, „Sinn des Lebens“ und „Sinn des Weltganzen“ von *Viktor E. Frankl* vgl. *Lapide, Pinchas, Frankl, Viktor E.*: Gottsuche und Sinnfrage. Ein Gespräch, 3. Aufl., Gütersloh 2007, S. 40.



**Befreit die Rede vom falschen Leben von dem Streben nach einem richtigen? Lehnt man den schnellen Weg des Exitus aus philosophischen und/oder theologischen Gründen und den revolutionären seiner Gräuel und empirischen Erfolglosigkeit in der Geschichte wegen ab, so bleibt ein evolutionärer Weg mit dem existenziellen Imperativ, das Leben - trotz Leid, Schmerz und Tod - so zu gestalten, dass es bejahenswert ist.**

**Das Buch will Spuren und Wege bieten, auf denen der von einem objektiven Sinn befreite, gegen die Absurdität revoltierende und die Polarität des Lebens integrierende Mensch seinem geliehenen Leben Richtiges (Glück und Sinn v. a. in einzelnen Situationen) abgewinnen kann. Über die Hinwendung - in Achtsamkeit und Sorge - auf das Ich, ein Du und ein Etwas lässt eine glück- und sinnorientierte Lebenskunst Momente des Glücks und subjektiven Sinn - auf den Ebenen der körperlichen Sinne, der Gefühle, der inneren Bilder und vielleicht auch der Transzendenz - entwickeln.**

**Univ.-Prof. Dr.mult. Anton Burger, 1962 in Österreich geboren, studierte und wurde promoviert in Betriebswirtschaftslehre, in Rechtswissenschaften und in Theologie; er ist Inhaber des Lehrstuhls für Allgemeine Betriebswirtschaftslehre und Unternehmensrechnung an der Wirtschaftswissenschaftlichen Fakultät der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt (Bayern), seine Interessengebiete sind Wirtschaft, Recht, Ethik, Philosophie und Theologie.**



**Logos Verlag Berlin**

**ISBN 978-3-8325-4449-2**