

Kapitel II

Der Ursprung unserer Probleme

Das Leben kommt nicht in Häppchen daher. Wir kennen das doch alle: manchmal gibt es Wochen, in denen so gut wie nichts Interessantes passiert. Falls wir überhaupt Post bekommen, dann allerhöchstens Rechnungen und Werbung. Und dann plötzlich erhalten wir gleich mehrere Briefe von alten Bekannten, so als wäre unsere Post wochenlang gesammelt worden, bevor sie an uns ausgeliefert wird. Das Telefon klingelt Sturm und plötzlich wollen uns alle sprechen.

Um zu klären, daß unser Leben nicht durch scheinbar unbeeinflussbare Zufälle gesteuert wird, sondern tatsächlich ein System dahintersteckt, müssen wir zuerst zu den kulturellen Anfängen zurückkehren und die Ursprünge der heute spürbaren Fehlentwicklung näher betrachten.

I. Der Wandel des Weltbildes

Die Realität der früheren Jahrhunderte änderte sich nur sehr langsam. Jeder Mensch dieser Zeit konnte ein zwar beschwerliches aber vorhersehbares Leben führen. Die Bürger mußten im Feudalismus, und später im Absolutismus, horrenden Abgaben leisten, so daß ihnen selbst nur das Allernötigste zum Leben blieb. Zudem war es normal, daß ab und zu ein Krieg oder eine Hungersnot vorherrschte, und die eigenen Kinder eventuell schon früh durch Krankheiten starben.

Die Monotonie des Alltags ließ die Menschen in Legenden und Geschichten flüchten, erfüllt von Fabelwesen, Aberglaube und Mystik. Ihre Zukunft lag völlig in Gottes Hand, denn sie schöpften Vertrauen und Zuversicht aus ihrem Glauben. Es gab keinen Unterschied zwischen ihrer sozialen Rolle und der persönlichen Identität. Die Position, die man zu Beginn des Lebens einnahm, wurde in aller Regel bis zum Tode beibehalten, was Vor- und Nachteile hatte. Man konnte zwar in der Gesellschaft durch persönliche Leistung nur unwesentlich aufsteigen, mußte aber auch nicht tagtäglich seinen Platz in der Hierarchie verteidigen.

Wenn diese Menschen sich eine Zukunft vorstellten, dann eine, in der alles so ähnlich wäre, wie sie es kennen, nur reichhaltiger. Ausreichend Nahrung und Sicherheit waren die bescheidenen Wünsche dieser Menschen an ihre Zukunft, die eine Form der „besseren Gegenwart“ darstellen sollte.

Der heutige Mensch hat die Mystik verbannt, und die Religionen durch Ökonomie und Wissenschaft ersetzt. Gottvertrauen ist unnötig, wenn wir alles selbst erklären, erschaffen und verändern können. Die einzig wahrnehmbare Gottheit ist materieller Wohlstand, also Geld.

„Nach der Aufklärung ist das Abendland wissenschaftlich zwar ein Riese geworden, aber seelisch und religiös ein Baby geblieben.“ (Franz Alt)

Die meisten Rätsel konnte der Mensch mit Hilfe seiner wissenschaftlichen Methodik lösen, jedoch nicht das um sich selbst. Unser Leben ist eigentlich noch immer nicht sicher, deshalb möchten wir es wenigstens so sicher wie nur irgend möglich machen.

Wir lagern Nahrungsmittel ein und stellen mehr davon her als wir brauchen. Wir entwickeln ständig neue Medikamente und haben ein soziales Netz erschaffen, mit Altersvorsorge, Lebensversicherung und Krankenkassen.

Doch unsere kurzfristigen Erfolge haben, wie so oft, längerfristig eine gegenteilige Wirkung. Der Preis unseres Handelns muß von den kommenden Generationen bezahlt werden. Ohne Rücksicht auf Vernunft, Ethik und Philosophie setzt sich die Wissenschaft seit der Industrialisierung durch. Denn der Mensch folgt unaufhaltsam seiner Theorie, daß sich jedes Problem, das der Fortschritt mit sich bringt, durch weiteren Fortschritt lösen lassen kann.

Ein Beispiel: Es wird Schätzungen zufolge zu Beginn des nächsten Jahrhunderts nur noch ein Drittel der jetzigen Artenvielfalt geben. Deshalb möchten einige Biotechnologen dem Artensterben durch Generierung neuer Lebensformen und dem Klonen bereits ausgestorbener Wesen begegnen. Das klingt zunächst findig, doch die durch neue Technologien erschaffenen Lebewesen werden nicht die Natur ersetzen können, weil es uns Menschen an der nötigen Zeit und Geduld fehlt, mit der die Natur im Laufe der Evolution erschaffen wurde.

„Das menschliche Wissen ist dem menschlichen Tun davongelaufen, das ist unsere Tragik. Trotz aller unserer Kenntnisse verhalten wir uns immer noch wie die Höhlenmenschen von einst.“ (Friedrich Dürrenmatt)

Der Mensch hat die Homöostase der Natur, also ihre Fähigkeit, sich selbst zu regenerieren und konstant zu halten, ausgehebelt. Die Kapazität der Selbstregulation ist inzwischen überschritten. Wir modernen Menschen möchten als Zukunft keine bessere Gegenwart, sondern eine völlig andere Welt. Unsere Zukunft ist nicht mehr das, was sie lange Zeit war; sie ist nicht mehr eine *Fortsetzung* der Gegenwart, sondern ihre *Konsequenz*.

Während die Menschen im Mittelalter noch diffuse Angst vor dem jüngsten Gericht haben mußten, ist es dem heutigen Menschen „gelingen“, diese Furcht zu konkretisieren. Heutzutage wissen wir, daß wir vernichtet werden können und müssen es nicht mehr glauben. Wir brauchen auch keine Götter mehr, die uns bestrafen, denn wir können einander selbst ausrotten. Doch woher kam eigentlich die Abneigung gegen die Gegenwart, und wieso versprechen wir uns von der Zukunft automatisch ein besseres Leben?

1) Der ursprüngliche Denkfehler

Damit der Mensch diese Welt begreifen konnte, mußte er sie gedanklich in viele kleine Teile zerlegen und benennen. Das bedeutet, daß unsere Weltanschauung auf einem theoretischen Bild basiert, das wir selbst angefertigt haben, und nicht auf der Welt, wie sie tatsächlich ist.

„Wir können nur eine Welt begreifen, die wir selbst gemacht haben.“ (Friedrich Nietzsche)

In der Naturwissenschaft wird jedem Ereignis eine Gesetzmäßigkeit unterstellt. Mit dem Vergleichen und Zusammenfassen der gewonnen Erkenntnisse entsteht daraus ein Konzept, das wiederum ähnliche Phänomene erklären soll.

Da sich dieses Prinzip in den meisten, objektiv zugänglichen Bereichen, wie der Physik und der Chemie, sehr bewährt hat, geht der Naturwissenschaftler automatisch davon aus, daß er mit seinen Regeln an alles gedacht hat. Seine Gesetze werden schließlich immer wieder überprüft und verfeinert. Tatsächlich stimmen die Thesen meistens für sich genommen auch, doch leider gibt es einen grundsätzlichen Denkfehler in dieser Vorgehensweise.

Denn es ist unmöglich, komplexe Sachverhalte in kleine Bauteile zu zerlegen, diese zu erklären, und daraus wiederum sämtliche Schlüsse auf das Gesamte zu ziehen. Beim Zerlegen eines Phänomens gehen Informationen verloren, die nicht auf wissenschaftlicher Ebene zu finden sind.

Das Wissen über das Leben, das Gehirn und das Bewußtsein beispielsweise, hat mehr als nur biochemische und elektrochemische Hintergründe. Zwar vermag es die moderne Medizin, gewisse Empfindungen mittels chemischer Botenstoffe auszulösen oder zu unterdrücken, aber die eigentliche Substanz eines Gefühls kann auf diesem Wege nicht erforscht werden, weil Gefühle eben keine Substanz besitzen. Die Grenze des methodischen Systems ist, daß wir auf dieser Basis ausschließlich diejenigen Sachverhalte erforschen können, die wir selbst „erschaffen“ haben.

Das bedeutet konkret, daß wir nur durch die vier Schritte, beobachten, zerlegen, benennen und katalogisieren zu unseren Erkenntnissen kommen. Das klingt für uns auch völlig normal, da wir uns gar keine andere Methodik vorstellen können, um unbekannte Strukturen zu verstehen. Aber es ist nicht die einzig denkbare Möglichkeit, und es wird nicht seit jeher auf diese Weise vorgegangen.

Erst durch die Erfindung der Schrift begann der Mensch damit, gewissen Gegenständen Namen zu geben. Das schriftlich fixierte Wort erlaubt es uns, Situationen der Gegenwart zu entziehen. Der konkrete Bezug geht verloren, und man ist in der Lage zu abstrahieren. In diesem Moment begann der Mensch, auch sich selbst von anderen Gegenständen und Personen zu unterscheiden. Es gab Unterschiede, die immer genauer untersucht wurden. Diese wurden gesammelt, zusammengefaßt und die ersten Theorien entstanden.

Subjekt, das „Ich“, und Objekt, die „gegenständliche Welt“ wurden strikt voneinander getrennt. Was diesem Tag folgte war ein eifriges und unermüdliches Katalogisieren. Für absolut alles mußte ein Begriff gefunden werden, damit man es unterscheiden und somit begreifen konnte. Die Einführung der Zahlen, insbesondere der „Null“ erforderte ein enormes Abstraktionsvermögen, brachte aber im Gegenzug die unglaubliche Möglichkeit mit sich, Ereignisse sogar quantifizieren zu können. Der Mensch als Individuum war geboren.

Die Religiosität der Naturvölker war Ausdruck ihres Weltbildes. In der prähistorischen Zeit konnte der Mensch sich selbst und die Natur nur als Einheit verstehen. Deshalb

beruhten Gottheiten auch auf Phänomenen, die mit dem Ablauf des gesamten Lebens aller Lebewesen in diesem Umfeld zusammenhingen. Das Selbstverständnis des Menschen und seine Denkart waren untrennbar verwoben mit dem Ablauf seines Lebens und seiner gesamten Umgebung. Ein kollektives Denken umspannte diese Menschen.

Mit der Einführung der Schrift wurden aus den Naturreligionen Universalreligionen, bei denen ausschließlich der Mensch, insbesondere einzelne Personen im Mittelpunkt stehen, und nicht mehr das Kollektiv. Vor allem wurde seit dieser Zeit der Tier- und Pflanzenwelt eine untergeordnete Rolle zugesprochen. Die Aufgabe der Natur besteht nunmehr darin, dem Menschen zu dienen und ihm seine Bedürfnisse zu erfüllen.

Gutenbergs Buchdruck ermöglichte schließlich die weitläufige Verbreitung des gedruckten Wortes, und damit den Siegeszug der Rationalität. Das „Ich“ des Einzelnen gewann zunehmend an Bedeutung. Die Vereinzelung der Menschen, die damals begonnen hatte, ist mittlerweile zu der Vereinsamung der heutigen Zeit geworden, und ist sozusagen die ungewollte Steigerung unserer individuellen Ausprägung.

2) Die Festlegung der Zeit

Einen weiteren Effekt den das Objektivieren von Gegenständen mit sich brachte war die Festlegung der Zeit. Seither wird unterteilt in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, damit man auch dem Ablauf der Zustände eine Dimension geben konnte. Daß Zeit nicht unbedingt so linear verlaufen muß, wie wir das empfinden, bestätigen einige interessante Erkenntnisse der Physik.

Das was wir unter Zeit verstehen, ist auch nur das Phänomen, das wir Zeit genannt haben. Und auch das geschah nur, um die Welt noch weiter unterteilen zu können, in der Hoffnung, sie dadurch besser zu verstehen.

Eine geregelte Landwirtschaft ist beispielsweise abhängig von der Kenntnis um die Jahreszeit. Daher macht es durchaus Sinn, solche Unterscheidungen zu treffen. Absolute Zeit gibt es aber nur in einer festgestellten, und als statisch definierten Welt. Das relative Zeitempfinden weicht oftmals davon ab, was bedeutet, daß für uns Menschen auch das subjektive Zeitempfinden von Bedeutung ist.

Die „sich wandelnde Welt“ und die „Zeit“ sind zwar identisch, aber es wäre zu kompliziert für uns, beide als Einheit zu begreifen. Daher trennen wir die Zeit von unseren Betrachtungen zunächst ab, und gehen davon aus, daß dies unsere weiteren Beobachtungen nicht verfälscht. Doch genau diese Trennung zerstört die ureigene Information und den Zusammenhang zwischen den Ereignissen.

Genau deshalb sind wir auch oft erstaunt darüber, wie sich manche Dinge entwickeln, respektive entwickelt haben. Im Grunde beinhaltet jeder Prozeß bereits seine möglichen Zustände in der Zukunft, ebenso wie den seiner Vergangenheit. Dennoch können wir die Zukunft erst dann erkennen, wenn sie zur Gegenwart wird.

Unsere Zukunftsprognosen, die wir aus Neugier erstellen, basieren aber fast ausschließlich auf der Rationalität von Statistiken, der Extrapolation der gegenwärtigen Situation, sowie den empirischen Erfahrungswerten, die uns das belegen sollen, was wir erhoffen.

Es wird nicht versucht, die Entwicklung aufgrund des „gesunden Menschenverstandes“ und der Intuition vorherzusagen. Im Prinzip läßt sich beinahe jeder Prozeß gedanklich verfolgen, wenn man nur überlegt, wie er nach allen Indizien verlaufen muß. Anstatt ausschließlich nüchtern vorzugehen, kann man meist „erspüren“, ob man mit seinen Vermutungen richtig liegt. Ein simples Beispiel soll das verdeutlichen, denn es ist wirklich nicht einfach, vierdimensional zu verstehen.

Einmal angenommen wir möchten herausfinden, ob sich ein bestimmtes Produkt, sagen wir eine neue Handcreme, gut verkaufen läßt. Dann könnten wir Marktanalysten und Werbestrategen beschäftigen, die Umfragen starten, einen passenden Namen finden und im besten Fall einen Bedarf des Marktes ausfindig machen, oder sogar durch Werbung selbst erzeugen.

Oder aber wir fragen uns selbst, ob dieses Produkt gebraucht wird, und was wir tun müßten, damit wir es überhaupt selber kaufen würden. Nun muß unser Geschmack nicht identisch mit dem anderer Menschen sein, aber es ist eigentlich nicht besonders schwierig, sich zu überlegen, wie die Menschen, die man sie selbst in seinem Leben kennengelernt hat, auf dieses Produkt reagieren würden.

Vermutlich unterschiedlich, da sie sich ebenfalls voneinander unterscheiden. Wer keine Handcreme benutzt, wird auch diese nicht wollen, egal wie gut sie ist. Aber welche Ansprüche hätten diejenigen, die unsere Zielgruppe darstellen würden? Es dauert nur wenige Minuten, um sich völlig sicher zu sein, wie man die Vermarktung bewerkstelligen müßte, wenn man seinem Gefühl vertraut. Vorausgesetzt natürlich, man ist geübt darin.

3) Getrennte Wege

Es ist einfach nicht möglich, das Gesamte zu begreifen, indem man versucht es in Worte zu fassen, denn Worte sind aus der Unterteilung heraus entstanden. Und genau diese Unterteilung erschwert das Begreifen des Unbegreiflichen.

„Den Inhalt eines Begriffes allgemeingültig definieren, also endgültig festlegen zu wollen, ist an sich schon wahrheitswidrig.“ (Hans A. Pestalozzi)

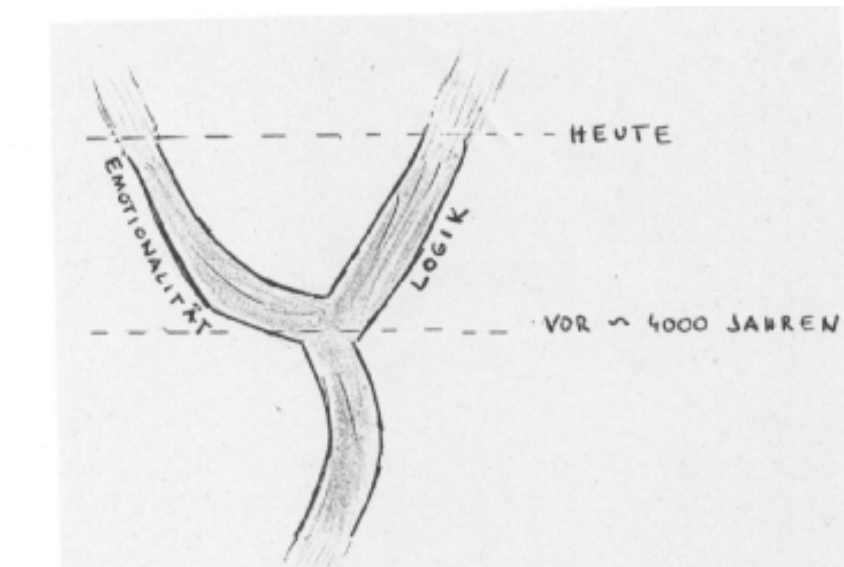
Wir sehen Emotionalität getrennt von Rationalität. Schwarz und Weiß; Gegensätze, die anscheinend nicht vereinbar sind. Zwei verschiedene Wege, die getrennt voneinander betrachtet werden.

„Darum führt die Richtung auf das Nichtsein
zum Schauen des wunderbaren Wesens,
in Richtung auf das Sein
zum Schauen der räumlichen Begrenztheiten.
Beides ist eins dem Ursprung nach
und nur verschieden nach dem Namen.
In seiner Einheit heißt es das Geheimnis.
Des Geheimnisses noch tieferes Geheimnis
ist das Tor, durch das alle Wunder hervortreten.“
(Lao Tse)

Lao Tse sah die beiden scheinbaren Extreme, die greifbare, räumliche Welt und die Welt des Nichtseins, die nichtstoffliche Welt, in sich vereinigt. Sie unterscheiden sich nur dem Namen nach, also in dem, was der Mensch gedanklich getrennt und unterteilt hat. Diese Trennung führte zu dem Problem, daß uns vieles unvollständig und disharmonisch vorkommt.

Es fehlt eine Seite, die wir längst vergessen haben, und zwar in beiden Richtungen. Die Rationalität stößt auf die Grenze des Sinnes; manche logischen und richtigen Gedankenoperationen führen nicht zu einem Ziel, obwohl sie keinen Fehler enthalten. Ein Beispiel hierfür sind paradoxe Gedankenspiele, die sich aus Wahrscheinlichkeitsrechnungen ergeben.

Und manch spirituelle Überlegung ist zu weit von unserer vorgefundenen Realität entfernt, um brauchbar für unser Leben zu sein. Die beiden Wege, Logik und Spiritualität sind an sich zwei Seiten derselben Medaille; die Trennung beider Seiten erfolgte durch uns, vor rund 4000 Jahren.



Die getrennten Wege führen auch weiterhin voneinander weg; es liegt an uns, ob wir das möchten. Denn je größer der Abstand beider Wege ist, desto schwieriger gestaltet sich der Spagat, den wir bewerkstelligen müssen, um damit zurechtzukommen.

II. Die Folgen unserer Ideologie

Ich sprach bereits von dem Leistungsdruck, der uns Menschen an die Zeiteinteilung bindet. Versagensangst ist die Folge von Überforderung. Schon in der Schule, begegnet uns eine Erwartungshaltung, die verständlicherweise Blockade und Abwehr der Pennäler hervorruft. Da sie ihre Aufgaben dennoch erledigen müssen, ist negativer Streß die Folge, den sie als „unvermeidbares Übel“ empfinden. Ist das wirklich so; ist unser Leid unvermeidbar?

1) Unser Versuch, sich damit zurechtzufinden

Uns alle begleitet eine Bürde aus latenter Angst, die uns unseren Lebttag verfolgt, bestehend aus fehlendem Selbstvertrauen und körperlicher Verklemmung. Angst und Schmerz, also Signale des Leids bekunden unsere Angepaßtheit an einen desolaten Zustand. Unser Lebensstandard wird laufend erhöht, ohne die Lebensqualität und unser Wohlbefinden tatsächlich zu steigern. Der rein technische Fortschritt ist eine leere Expansion, denn er macht unser Leben zwar perfekter, aber nicht besser.

Der sogenannte „Fortschritt“ unserer Zeit ist ein Kind unserer Erwartungshaltung an andere Menschen. Wir möchten, daß sie ihre Arbeit noch schneller, effizienter, günstiger und hochwertiger gestalten.

Das Problem dabei ist, daß diese Erwartung wie ein Bumerang zu uns zurückkehrt und wir trotz Auto, Computer, Organizer und Handy noch dieselben Menschen sind, wie vor 4000 Jahren. Sigmund Freud machte deutlich, wie schwer das Leben sein kann:

„Das Leben, wie es uns auferlegt ist, ist zu schwer für uns, es bringt uns zuviel Schmerzen, Enttäuschungen, unlösbare Aufgaben. Um es zu ertragen, können wir Linderungsmittel nicht entbehren. Solcher Mittel gibt es vielleicht dreierlei: Mächtige Ablenkungen, die unser Elend gering schätzen lassen; Ersatzbefriedigungen, die es verringern; Rauschstoffe, die uns für dasselbe unempfindlich machen. Irgend etwas in dieser Art ist unerlässlich.“

Freud selbst wählte die wissenschaftliche Arbeit um sein Elend zu lindern, also Leistung und Fortschritt als Flucht vor der Sinnleere. Er ist ein Paradebeispiel für den modernen Menschen. Durch seine Selbstanalysen ist es vielen bewußt geworden, was für ein Paradoxon unser Leben doch zu sein scheint.

Die von ihm erwähnten „Beschäftigungsmaßnahmen“ kennt jeder von uns. Schon Mephistopheles riet Faust zur Genesung seiner „Raserei“: „Begib Dich auf ein Feld, fang hacken an und graben.“

Auch Goethe weiß, wovon er sprach, denn auch er war das, was wir heutzutage einen „Workaholic“ nennen würden. Der Dichter Goethe konnte nur überleben, weil der Wissenschaftler in ihm, die schlaflosen Nächte füllte. Ist das der Weg, den auch wir gehen wollen?

Zugegeben, wir können sehr froh sein, daß sowohl Freud als auch Goethe so arbeitswütig waren, da wir sonst nicht in den Genuß ihrer Überlegungen gekommen wären. Dennoch bleibt die Frage offen, inwieweit sie selbst damit zufrieden waren.

Außerdem waren sie zu ihrer Zeit Ausnahmen; Vertreter eines gewissen Menschenschlags, der sich mehr oder minder freiwillig diesem Ehrgeiz verschrieb. Heute sind diese Eigenschaften Standard, denn es wird von jedem von uns erwartet, übermenschliche Leistung zu erbringen.

„Mächtige Aufgaben“, wie übertriebener Ehrgeiz, finden sich heutzutage ebenso gehäuft, wie Beispiele für „Ersatzbefriedigungen“. Letztere tauchen in Form von Geld, Macht und Aggression auf breiter Front auf. Auch die Gewalt, die sich gegen uns selbst richtet, gehört dazu. Es sterben heutzutage mehr Menschen durch Selbstmord, als im Straßenverkehr! Das sollte uns zu denken geben. Denn die Kompensation der inneren

Leere durch Ersatzhandlungen wäre nicht nötig, wenn wir von vorneherein richtig leben würden.

Ein Motiv, das uns immer wieder begegnet, ist der Gewöhnungseffekt. Der Mensch ist in der Evolution als Sieger hervorgegangen, weil er imstande ist, sich jeder noch so ungünstigen Lebenssituation anzupassen.

Das hat immense Vorteile, denn so sind wir in der Lage, allerlei Mängel und harsche Bedingungen zu ertragen, ohne sie überhaupt zu bemerken. Der Nachteil liegt jedoch auf der Hand: Wir sind prädestiniert für Selbstbetrug und Abhängigkeiten jeglicher Art.

Wer beispielsweise auf dem Land groß geworden ist und biologisch angebaute Lebensmittel kennt, der wird bemerken, wie schlecht die synthetischen und degenerierten Pendanten aus dem Supermarkt sind. Stadtmenschen finden sie hingegen schmackhaft.

Die erste Zigarette und der erste Schnaps schmecken ekelhaft und signalisieren, wie schädlich sie für das Wohlbefinden sind. Wer daran aber gewöhnt ist, will nicht mehr davon lassen.

Bei unserer süßen, salzigen und fettreichen Nahrung müßten Naturvölker regelrecht erbrechen. Wir glauben, daß sie „normal“ ist. Und genauso wie diese Beispiele es zeigen, sind die meisten Situationen nicht vom Schicksal bestimmt oder genetisch bedingt, sondern pure Angewöhnung.

Unsere Anpassungsfähigkeit erlaubt uns zwar unseren Irrsinn, was aber nur zur Überbrückung von kurzzeitig schlechten Zeiten, nicht aber als Dauerzustand gedacht war.

2) Die Sehnsucht nach Reizen

Eine gewichtige „mächtige Ablenkung“ unserer Zeit ist der Konsum. Bereits in der Schule hat ein „Markendiktat“ Einzug erhalten. Dabei ist unser einziger Mangel der an Mangel. Wir wollen alles mitnehmen und auskosten, und bloß nichts versäumen. Außerdem sind wir geneigt, uns damit zu beeilen, denn das Leben ist sehr kurz.

Viele versuchen daher, die Kerze an beiden Enden anzuzünden, und verlieren sich in ihrer Genußsucht. Unser Konsumverhalten und die Wegwerfmentalität hat auf nahezu alle Lebensbereiche übergegriffen. Einfach gesagt: Uns geht es zu gut!

Der große Wohlstand, die künstliche Sicherheit und die fehlende Gefahr lassen uns träge werden. Wir haben verlernt, unsere Mitmenschen zu schätzen und zu brauchen. Alles ist selbstverständlich geworden.

Eine Überflutung mit ständig wechselnden Reizen wird von vielen bewußt gesucht. Optische, akustische, chemische und haptische Signale werden herbeigesehnt, um der Schnellebigkeit einen Sinn einzuverleiben.

„Wir leben in einer Zeit, in der die Menschen nicht wissen, was sie wollen, aber alles tun, um es zu bekommen.“ (Donald Marquis)

Solch rastlose Menschen fangen alles an und bringen fast nichts zu Ende; zu groß sind ihre Nervosität und ihre Konzentrationsprobleme. Sie haben keinen festen Grund unter

ihren Füßen und verlieren leicht die Orientierung. Durch ihre Oberflächlichkeit erreichen sie niemals die volle Intensität des Lebens. Sie haben viel gesehen, aber nichts erreicht, da sie sich selbst durch Haben und nicht durch Sein definieren. Ist das der Preis unserer modernen Zivilisation? Oder anders gefragt: Ist diese Ideologie ihren Preis wenigstens wert?

Nein, denn die geistige und seelische Leere ist mit materiellen Gütern nicht zu füllen. Unsere Freizeitkultur befriedigt nicht nachhaltig. Die Unterhaltungsindustrie boomt, und wir folgen brav wie die Lemminge.

Künstliche Bedürfnisse werden erzeugt durch das „Progressionsphänomen“. Neues wird zum Standard, schließlich selbstverständlich und kurz danach langweilig. Die Frage nach dem Sinn des Ganzen ist von Anfang an zweitrangig. Das Tempo, mit dem wir vorgehen, wird aber immer größer. Wir überschlagen uns regelrecht mit unseren Neuerungen.

Normalerweise braucht eine technische Neuerung von der Veröffentlichung, bis zur breiten Akzeptanz in der Bevölkerung in etwa 20 Jahre. Mit dieser Regel ist seit Beginn des Computer- und Internetzeitalters Schluß. Auch ohne selbst einen konkreten Sinn darin zu sehen, folgt die Masse blind dieser neuen Euphorie. Das olympische Prinzip: „Dabei zu sein, ist alles“, wird umfunktionalisiert und auf den Konsum übertragen.

Das eigentliche Problem hierbei ist, daß wir gelernt haben, daß alles noch verbessert werden kann, und zwar innerhalb kurzer Zeit. Anders gesagt: Wir wissen, daß nichts gut genug ist, was bereits existiert, da es schon in absehbarer Zeit etwas viel Besseres auf diesem Gebiet geben wird. Also kann uns nichts mehr zufriedenstellen, da der Markt bereits an der Fertigstellung von etwas noch viel Atemberaubenderem ist.

Wer sich in den letzten Jahren einen Computer zulegen wollte, kennt das Problem des schnellen Alterns; schon kurz nachdem wir ihn erworben haben, genügt es nicht mehr den Anforderungen der Softwareindustrie.

Wir glauben, mit diesem Konsumverhalten ein Höchstmaß an Lebensqualität anzustreben, können aber das bereits Erreichte gar nicht mehr genießen. Der schlimmste Tag wäre für uns der, an dem wir alles Machbare erreicht hätten; wenn mit den Neuerungen Schluß wäre, und wir aufhören müßten, unsere Entwicklung zu beschleunigen. Dabei brauchen wir viele Erfindungen überhaupt nicht. Sie sollen nur dazu dienen, Abwechslung in unser ansonsten eher langweiliges Dasein zu bringen.

Bis wir von einer Erfindung erfahren, haben wir meist noch keinen Gedanken daran verschwendet. Wir haben uns gut ohne sie zurechtgefunden und nichts in der Art vermißt. Ist die Erfindung aber erhältlich, dann müssen wir sie unbedingt haben. Die Waschmaschine wurde von den Hausfrauen noch herbeigesehnt, der elektrische Dosenöffner war bereits unnötig, und der Eierkocher ist absolut überflüssig.

Ob wir solche Erfindungen brauchen ist sekundär, denn wir werden schon eine Anwendung dafür finden. Sie zu besitzen und vorzeigen zu können ist oft schon Motiv genug. „Ich bin modern und gehe mit der Zeit“, ist die Selbstaussage, die uns mit diesem Verhalten signalisiert wird. Der Psychologe Viktor Frankl beschreibt die moderne Hetze folgendermaßen:

„Es gibt auch auf psychologischem und nicht nur auf physikalischem Gebiet einen Horror vacui, die Angst vor der Leere. Im Versuch, das existentielle Vakuum durch Motorenlärm und Geschwindigkeitsrausch zu übertönen, sehe ich die psychodynamische vis a tergo der so rapide zunehmenden Motorisierung. Ich halte das beschleunigte Tempo des Lebens von heute für einen, wenn auch vergeblichen Selbstheilungsversuch der existentiellen Frustration; denn je weniger der Mensch um sein Lebensziel weiß, desto mehr beschleunigt er auf seinem Weg das Tempo.“

So läßt sich auch beispielsweise die gegenwärtige Beschleunigung der Naturwissenschaft veranschaulichen. Der Kampf um Posten, Publikationen und Patente hetzt die Forscher gegeneinander auf. Schon lange ist nicht mehr die Verbreitung von Wissen gefragt, sondern dessen Vermarktung. Bislang funktioniert das noch sehr gut, doch durch die immer höhere Spezialisierung des Einzelnen, die Kommerzialisierung des Ganzen und der teilweisen Unsinnigkeit einiger Forschungsbereiche, wird sich dieses System in absehbarer Zeit selbst ausbremsen.

Frankl erachtet auch die steigende Aggression in unserer Gesellschaft, sowohl gegen sich selbst als auch gegen andere, als ungerichtete Aktivität zur Erzeugung von Bewegung. Die Sehnsucht nach sinnvoller Bewegung und damit verbundenem Existenzgefühl erzeugt Hilflosigkeit und Angst. Ein „um sich schlagen“ ersetzt die triste Leere und seelische Stille.

Akustischer Lärm ist allgegenwärtig. Die wenigsten Menschen ertragen eine Stille, die sie mit ihren Gedanken alleine läßt. Wer sich nicht ständig mit etwas beschäftigt und neue Reize empfängt, der ist seinem Innersten geradezu ausgeliefert und beginnt zu grübeln.

Ruhe wird zwar erwünscht, aber wenn sie tatsächlich einmal eintritt, werden viele nervös und unruhig. Schnell wird zur Fernbedienung gegriffen und das Radio oder der Fernseher eingeschaltet. Musik oder Gespräche, egal um welche Geräusche es sich handelt, die Hauptsache ist, daß eine Geräuschkulisse die Anwesenheit anderer Menschen simuliert und so die Einsamkeit und Nachdenklichkeit vertreibt.

Freud sprach auch von der Möglichkeit der Rauschstoffe, um das Leben annehmbar zu machen. Alkohol und Drogen stumpfen die Wahrnehmung ab und machen das unerträgliche Sein zumindest kurzfristig etwas vertretbarer.

Es gibt auch etwas harmlosere Mittel, die zwar keinen Rausch erzeugen, aber dennoch befriedigende Veränderungen in uns hervorrufen. Der Medikamentenabusus und der Erfolg der Lifestyledrugs zeigen deutlich die Popularität einer Flucht in diese Scheinwelten. Es sind nicht mehr nur die „Versager“, die zu Drogen greifen. Der Alkoholmißbrauch findet sich in allen Gesellschaftsschichten, ebenso wie der Griff zu Schlaftabletten, Schmerztabletten, Psychopharmaka und Appetitzüglern.

3) Der Verlust unserer Fähigkeiten

Der Mensch verfällt, wenn er keine Aufgabe und keine befriedigenden Kontakte im Leben findet. Anders gesagt: Ein solcher Mensch erfüllt keinen Zweck, und ist für die Gesellschaft entbehrlich. Folglich wird er vom harmonischen System nicht länger unterstützt. Das wiederum verstärkt sein Leiden und die Abkehr vom rechten Weg.

Wer einmal in einen Teufelskreis hineingeraten ist, der findet nur schwer aus eigener Kraft wieder heraus.

Es gibt kein Tier, das nicht selbst wüßte, was es für sein Wohlbefinden und seine Gesunderhaltung benötigt, oder wie es seine Nachkommen behandeln müßte, damit sie sich optimal entwickeln. Der zivilisierte Mensch scheint das aber vergessen zu haben, oder präziser gesagt, er hat es verlernt.

Im Vergleich zu den Naturvölkern wird klar, wie groß und wertvoll unser Stand der Zivilisation ist. Wer wollte schon so primitiv leben wie sie? Aber auch der Preis, den wir dafür entrichten müssen wird erkennbar.

Würden wir den Erfolg einer Gesellschaft nicht ausschließlich mit unseren Maßstäben messen, und hätten wir nicht in das Leben dieser Völker eingegriffen und ihre Kultur mit unserer vermischt, wie sähe es dann aus? Warum sind diese Menschen nicht unglücklich, weil sie keinen Computer besitzen? Warum beneiden sie uns zwar um unsere Nahrung und Behausungen, nicht aber um unsere Aktienfonds und Espressoemaschinen? Fortschritt soll in der Regel dazu dienen unsere Lebensqualität zu verbessern. Ein Beispiel ist das Gesundheitswesen. Durch Hygiene, Schutzimpfungen und einer inhaltsreichen Ernährung sind wir „technisch“ diesen einfacheren Kulturen voraus. Dennoch werden auch wir häufiger als diese krank und schlagen uns mit den sogenannten „Zivilisationskrankheiten“ herum.

Unser Körpergefühl hat im Vergleich zu den ursprünglichen, naturverbundenen Völkern deutlich an Substanz verloren. Wir verstehen uns sehr gut darin, defekte Körper zu reparieren, aber haben den Bezug zur Gesundheit als solche verloren. Wir werden zwar älter, haben aber dafür schon in jungen Jahren Krankheiten, die es in einfachen Kulturen überhaupt nicht gibt.

Ein weiteres Beispiel ist die Erziehung unserer Kinder. Zu wissen, was richtig ist, ist ein Urgefühl, ein angeborenes Gespür. Wir wissen intuitiv, wie wir ein Baby halten müssen und brauchen keine Bücher um es zu erlernen. Im längerfristigen Bereich hingegen, also der Erziehung, ist manchen Eltern hierzulande das urtümliche Gespür abhanden gekommen. Sie wären ohne fremde Hilfe nicht in der Lage, die Bedürfnisse ihrer Kinder zu stillen. Das ist ein Armutszeugnis für eine Kultur, die den anderen überlegen sein möchte!

Und genau hier ist auch der Ursprung für viele unserer individuellen Probleme zu suchen. Kleinkinder schreien, wenn etwas für sie nicht „richtig“ ist. Selten wird das von den Eltern vollständig und erschöpfend beachtet, da sie keine Zeit für ihren Nachwuchs aufbringen wollen oder können.

Angst und Unsicherheit ist von diesem Zeitpunkt ein stetiger Begleiter des jungen Lebewesens. Anscheinend ist das eigene Verhalten, das lediglich legitimen Bedürfnissen entspringt, „falsch“. Folgerichtig empfindet sich das Kind selbst als falsch und deplaziert. Um dennoch zu bestehen sind Kinder auf äußere Autoritäten angewiesen. Sie lernen sich anzupassen und klammern sich an den Schutz, der ihnen gegeben wird.

Ihre nichterfüllte Hoffnung wird an eine äußere Zeitskala geknüpft, vertagt und fortan in der Zukunft gesucht. Ihre Bedürfnisse und Wünsche sind ab diesem Zeitpunkt in der frühen Kindheit untrennbar mit Bedingungen verknüpft, die erst in der Zukunft erfüllt

werden. Es entsteht die klassische „Wenn-dann-Beziehung“; *wenn* dies und jenes geschieht, *dann* bin ich glücklich.

Die kausale und temporäre Verknüpfung des glückserfüllten Zustandes an Bedingungen und äußere Umstände prägt unser Verständnis von der Welt und unserem Leben. Sich glücklich zu fühlen ist für die meisten nicht der Normalzustand ihres Lebens, sondern das Ziel. Das Gefühl, etwas Unbestimmtes verloren zu haben, dominiert über viele Jahre ihr Handeln. Ein Gewinn ist für sie untrennbar verknüpft mit einem zukünftigen Ereignis, wie dem Kennenlernen von weiteren Personen.

Doch genauso wie wir den Zustand der letzten Erfüllung erreichen wollen, so sehr fürchten wir uns auch davor. Finanziell bessergestellte Menschen kennen die mißliche Lage, daß sie sich nicht länger vormachen können, daß es ihre schlechte Stimmung heben könnte, wenn sie einen gewissen Gegenstand besitzen würden. Denn sie besitzen ihn bereits und anderen Luxus ebenfalls, aber glücklich hat sie das nicht gemacht.

„In dieser Welt gibt es nur zwei Tragödien. Die eine ist, nicht zu bekommen, was man möchte, und die andere ist, es zu bekommen.“ (Oscar Wilde)

„Angenehm“ ist es, seine materiellen Wünsche zu verwirklichen, aber es stillt nicht dieses Gefühl der Unvollkommenheit. Im Gegenteil, die Frustration verstärkt sich, denn man müßte dann ja theoretisch wunschlos glücklich sein, aber man ist es nicht.

Die Folge ist Verwirrung, Ratlosigkeit und der Selbstvorwurf, undankbar zu sein. Schließlich entsteht Panik, gekoppelt mit Enttäuschung und Depression. Wie die Windhunde auf der Rennbahn den künstlichen „Hasen“ niemals bekommen, erreichen diese Menschen auf ihrem Weg nicht das verlorene Gefühl, daß alles richtig so ist, wie es ist.

Mit den Jahren werden die Denkstrukturen unserer Kindheit gefestigt, und eine individuelle Realität samt entsprechendem Umgang damit erzeugt. Wir lernen mit unserem Leben zurechtzukommen, wie es sich uns präsentiert. Wir sind, wie ich schon sagte, in der Lage, auch unter schlechten Bedingungen zu überleben.

Dieser Vorteil ist in unserem Fall ein Nachteil, denn wir leben momentan unter schlechten Bedingungen. Nicht Hunger oder ein harsches Klima, Feinde oder der Mangel an Rohstoffen ist unser Problem, sondern die Einseitigkeit und der Mangel an Harmonie. Leider greift der typisch menschliche Überlebensinstinkt auch bei den ursprünglich einseitig erzogenen Menschen. Sollten ihre spätere Erfahrungen nicht mit dem Muster übereinstimmen, das sie in ihrer Kindheit geprägt hat, dann werden sie auf Biegen und Brechen versuchen, ihre Ansichten dahingehend zu beeinflussen, daß sie dem erwarteten Wesen entsprechen. Wir interpretieren das Bild unserer Welt auf die Weise, wie wir es sehen möchten, und deklarieren diese selbsterdachte Welt zur einzig Wirklichen.

Seit der Mensch sich seiner selbst bewußt ist, verspürt er zunehmend das „Getrenntsein“ vom Ganzen. Wir wissen auch von unserem Dilemma und versuchen mit Hilfe von Philosophien, Religion und Naturwissenschaften zum Ursprung zurückzukehren.

Die jeweiligen Teile wurden zwar immer mehr verfeinert und fast bis zur Perfektion erkundet, doch leider führten uns diese Wege nur noch weiter weg, weil versäumt wurde, die Gesamtheit aller Bereiche einzubeziehen.

Diese Fehlschläge führten dazu, daß wir nunmehr häufig ratlos sind, denn es scheint unmöglich, alle Ansätze miteinander zu verbinden. Doch wenn dies nicht gelingt, was sollen wir dann tun? Lassen wir den uns verbliebenen Rest des emotionalen Schatzes von der Naturwissenschaft auch noch entzaubern? Oder ignorieren wir die Fakten und Beweise, die uns die Forschung bereits erbracht hat und lehnen sie ab, um eine naive, aber pseudoharmonische Weltansicht aufrechtzuerhalten? Wir stehen wirklich vor einem Problem.

III. Der Umgang mit dem Wandel

Vor allem die Verwissenschaftlichung des zwischenmenschlichen Umgangs hat Schwierigkeiten mit sich gebracht. Der Wunsch, objektive, allgemeine und reproduzierbare Ergebnisse zu bekommen, entspricht dem Charakter des Homo sapiens. Daß er aber seine eigene unveräußerliche Identität vernachlässigt, indem er sich auf Couch und Objektträger legt, wird ihm erst allmählich klar.

Können wir mit all dem Wissen, das uns dank der modernen Psychologie zur Verfügung steht, überhaupt noch Mensch sein? Wann immer ich zugegen bin, müßte ich Tausende von Regeln beachten und gleichzeitig locker und spontan sein. Ein Widerspruch in sich. Und selbst wenn es mir gelänge, viele Regeln zu beachten, würde ich zeitgleich andere Leitsätze damit verletzen. Für jede Theorie und jeden Experten, läßt sich eine vergleichbar qualifizierte Meinung finden, die das exakte Gegenteil behauptet.

Die Verwissenschaftlichung und Exklusivität der Psychologie ist eine der traurigsten Entwicklungen unserer Zeit. Fachbegriffe, die nur noch Insidern zugänglich sind, verhindern, daß die Lehre der Psyche allen Menschen zugänglich ist.

Doch nicht der bestgerüstete, sondern jeder Mensch sollte die Möglichkeit zu einer erfolgreichen und harmonischen Lebensführung haben. Äußere Faktoren, wie Gesundheit oder unser finanzielles Einkommen grenzen unsere Möglichkeiten bereits genug ein. Und grundsätzlich betrachtet sind sich alle Menschen biologisch und psychisch sehr ähnlich. Wir alle empfinden die gleichen Gefühle und haben vergleichbare Bedürfnisse. Es ist also ein Fehler, die Psychologie nur einem elitären Zirkel verständlich machen zu wollen.

Selbsterfahrungsgruppen, Seminare und zahllose Bücher vermitteln den Eindruck, daß theoretische Bildung der Schlüssel zum Glück ist. Dies ist sogar bedingt richtig, da Wissen ein Werkzeug von vielen ist, um etwas zu verstehen. Aber ich möchte klarstellen, daß nicht allein Bücherwissen zu einer persönlichen Erfahrung verhilft. Wer sich als „Wolf im Schafspelz“ mit Fremdwörtern und Fachausdrücken brüstet, ohne seine Absichten auf dem Prüfstand gehabt zu haben, der wird früher oder später straucheln, denn er begibt sich in eine trügerische Naivität. Er weiß um seine Lage, versteht aber nicht genug darüber, um sie zu verändern.

Was bewirkt denn eine zu rationale und wissenschaftliche Sichtweise? Ich möchte ein simples aber anschauliches Beispiel bringen, indem ich einen Cocktail beschreibe:

Physikalisch gesehen lassen sich Masse und Volumen messen, deren Quotient, also die Dichte bestimmen, sowie viele andere solcher Eigenschaften, wie die Viskosität der Flüssigkeit, die Farbe und Farbintensität, der Auftrieb, der den Eiswürfeln widerfährt, die Temperatur, sowie die elektrische Leitfähigkeit.

Die Chemie ermittelt mir die Zusammensetzung mit den dazugehörigen Anteilen, den Alkoholgehalt und den pH Wert. Ich erfahre etwas über die Strukturen der Inhaltsstoffe und deren Wechselwirkungen. Die Biologie erklärt mir nun die Stoffwechselvorgänge, die das hypothetische Konsumieren dieser Flüssigkeit zur Folge hätte.

Aber nur mein Gefühl sagt mir, daß ich Durst habe. Auch dies ist ein biologischer Vorgang, aber es geht noch weiter; ich beginne beim Anblick des Glases zu assoziieren. Ich erinnere mich, wie köstlich das Getränk duften müßte und überzeuge mich davon.

Das wiederum induziert weitere individuelle Gefühle. Wer keinen Alkohol mag oder ihn nicht trinken darf, empfindet anders, als jemand, der in Trinkstimmung ist. Während der eine mit Enttäuschung reagiert, ist der andere entzückt.

Auch die Ästhetik läßt sich nicht wissenschaftlich erklären. Natürlich gibt es typische Farben, die ein Lebensmittel in der Natur hat. Aber bietet das Glas, logisch betrachtet einen „schönen Anblick“? Ist das Getränk denn allein aufgrund seiner Zusammensetzung „schmackhaft“? Symmetrie, Farbe, Lichtbrechung und Ordnung allein können das hübsche Arrangement nicht erschöpfend erklären.

Die Kernfrage lautet, was für mich persönlich entscheidend ist? Die physikalischen Daten oder die Empfindung? Löst die Fotografie des Getränkes, also das „virtuelle Getränk“ nicht abgeschwächt dieselben Empfindungen hervor? Die Verheißung eines Genusses ist nun wirklich nicht meßbar!

Sicherlich, die Logik hat auch ihre Berechtigung, denn was nützt mir der schönste Cocktail, wenn die Menge nicht ausreicht? Das ist ein objektives Merkmal. Umgekehrt gilt aber auch: will ich nichts davon haben, dann beeindruckt mich auch eine große Menge nicht.

1) Das Zusammenspiel von Logik und Emotionalität

Die Außenwelt wirkt auf die innere Welt und färbt in Form unserer Taten wieder auf die Außenwelt ab. Nur das Wechselspiel *beider Wege zugleich* kann einen Gewinn für unser Leben darstellen.

„Die Naturwissenschaft braucht der Mensch zum Erkennen, den Glauben zum Handeln.“
(Max Planck)

Reiner Rationalismus kann nicht glücklich machen. Andererseits sind wir ebenso umgeben von allerlei „alten Weisheiten“ und Scharlatanerie, also Unwahrheiten, die uns auf emotionaler Ebene in die Irre leiten.

Das „alte Wissen“ hat sich inzwischen so verbreitet, daß wir es kaum noch loswerden. Noch immer glauben Menschen an Glücksbringer, Amulette und Zaubetränke, mit denen sie unwiderstehlich oder zum Nichtraucher werden, ihnen neue Haare sprießen oder das Fett wegschmelzen soll. Es gibt etlichen Hokuspokus, und zunehmend mehr

Menschen hören auf „Omas Geheimrezepte“, anstatt sich auf fundierte Tatsachen zu verlassen. Der Wunsch dahinter ist deutlich: Alles sollte einfach, überschaubar, menschlich und ein wenig rätselhaft bleiben.

Doch das völlig Falsche zu tun kann etwas teilweise Falsches, da Einseitiges, nicht revidieren. Uns begegnet derzeit ein Overflow an Spiritualität, eine wahre Inflation des Glaubens. Zu viele, häufig widersprüchliche, inkompatible, gegensätzliche oder gar unsinnige Philosophien wirken auf uns ein, ohne daß wir sie wirklich verstehen. Die Einseitigkeit auf emotionaler Ebene ist nicht minder falsch, wie die der Logik. So ist mittlerweile ein kommerzieller Markt des Glaubens entstanden, und wie auf jedem anderen Markt, sind auch hier die meisten Angebote Schrott.

Heute kann jeder ganz einfach seine „Absolution“ erwerben, in Form von Tarotkarten, Büchern von indischen Gurus und okkulten Gegenständen. Diverse akustische Mittel, wie Mönchchoräle und Walgesänge sorgen für die musikalische Untermalung. Die Prinzipien und Lehren werden dabei zumeist bunt vermischt und so verzerrt, bis etwas herauskommt, das uns zusagt. Ein paar Kultgegenstände für zuhause, mal eben übers Internet bestellt, das soll uns die Erleuchtung bringen.

„Und wenn es nicht funktioniert, wechsele ich meinen Glauben eben wieder.“ So oder ähnlich gehen viele Menschen heutzutage vor und glauben allen Ernstes, daß sie etwas anderes damit erreichen könnten, als Unkenntnis und Frustration.

Bereits römische und griechische Philosophen warnten vor dem einseitigen Denken, indem sie sich damit auseinandersetzten. Sie wollten sagen: „Seht her was passiert, wenn wir es so machen“. Aber die Menschen haben diese Warnungen mißverstanden, und als Anregung gedeutet, denn sie begannen damit, sie in die Tat umzusetzen. Dabei wurde schon ihnen verdeutlicht, was der richtige Weg wäre.

Der ideale Grundzustand befindet sich *zwischen den Extremen*. Sofern es nur Extreme gibt, und das ist meistens der Fall, dann ist der *dynamische Wechsel* zwischen ihnen entscheidend. Ruhe und Anspannung, ein- und ausatmen, nur dieses permanente Wechselspiel erlaubt es uns zu leben.

Wir stehen in ständigem Wettbewerb mit unseren Mitmenschen, und wollen ihrem Urteil entgehen oder mit ihnen Schritthalten. Deshalb fühlen wir uns permanent beobachtet, bedroht und bewertet. Anstatt nur die zu erfüllende Aufgabe vor Augen zu haben, vergeuden wir sehr viel Zeit und Energie an dieses Spiel. Unseren Gefühlen gegenüber, die uns sagen wollen, was gut für uns ist, hegen wir Mißtrauen und vertrauen im Zweifelsfall eher unserem geübten Intellekt, der aber eine Angelegenheit des Herzens gar nicht beurteilen kann. Selbst wenn wir noch so brillante Denker sind, und alles Wissen einsetzen, das uns zur Verfügung steht, können wir die Seele nicht überflüssig machen. Wenn der Intellekt nicht zuständig ist, dann sollte er sich auch nicht übermäßig einmischen.

Unser Unterbewußtsein regelt in jedem Augenblick viele Beobachtungen, Berechnungen, Synthesen und Ausführungen, und dennoch haben wir es bewußt degradiert. Dabei ist es sogar energiesparend und effizient, seinen Gefühlen keinen Maulkorb zu verpassen, sondern ihnen ein gleiches Stimmrecht einzuräumen.

Unser gesamter Organismus in seiner Dreieinigkeit besteht aus Erwartungen, die im Laufe der Evolution an ein Lebewesen, das unsere ökologische Nische besetzen möchte, gestellt worden sind. Viele anderen Arten und Gattungen wurden ausgelöscht, weil sie nicht ebenso vielseitig waren. Es soll jetzt nicht der Eindruck entstehen, daß dieser Prozeß vorbei wäre, aber er läuft verglichen mit unserer Lebensspanne, endlos langsam ab.

Wir sind durch Selektion als einer der Sieger hervorgegangen, und sind folglich für ein Leben auf diesem Planeten zumindest besser entwickelt, als Tausende ähnlicher Anwärter auf unsere Rolle im Ökosystem. In der Regel gelangen wir deshalb auf diese Welt mit einem ausgezeichnet durchdachtem Körper und erfreuen uns guter Gesundheit.

Unsere Augen beispielsweise erfassen die elektromagnetische Strahlung in einem Bereich, der es uns erlaubt, die Strukturen der Erde gut zu erkennen. Auch unsere Lungen wissen genau, was sie zu tun haben. Es gibt noch etliche ungeklärte Vorgänge in unserem Organismus, aber jeder Teil von uns hatte oder hat einen Sinn. Demnach können wir nur sinnvoll existieren, wenn wir auch alle Teile und Fähigkeiten einsetzen.

Eine Hand mit zehn Fingern wäre nicht so vielseitig, wie zwei Hände mit jeweils fünf. Es würde keine Rolle spielen, welche der beiden Hände überrepräsentiert wäre, sinnvoll ist ausschließlich das Mittelmaß, bei dem sich beide Hände zu einem kompletten Werkzeug ergänzen.

Natürlich ist es auch möglich, völlig ohne Hände zu leben, genauso wie es möglich ist, ohne seine spirituelle oder rationale Seite auszukommen. Vollständig ist man deswegen aber nicht, und wenn man schon die Wahl hat, wieso sollte man aus Bequemlichkeit oder Angst auf Teile von sich verzichten?

Wir Menschen sind gewiß nicht die Krone der Schöpfung, aber wir sind bestens ausgerüstet für unser Leben. Prinzipiell fehlt es uns an gar nichts. Dessen sollten wir uns bewußt werden, denn die meisten von uns glauben, ihnen fehle noch etwas zum Glück. Wer nicht komplett ist, den plagt ein Gefühl, etwas verloren zu haben. Dieser Phantomschmerz treibt ihn dazu, immer weiterzusuchen, solange bis er die fehlenden Stücke wieder in sein Leben aufnimmt.

„Niemand ist so beflissen, immer neue Eindrücke zu sammeln wie der, der die alten nicht zu verarbeiten versteht.“ (Marie von Ebner-Eschenbach)

Auch wenn wir uns aus gesellschaftlichen Gründen spezialisieren, steckt in uns noch das große Spektrum der Natur. Wir müssen einen ganz bestimmten Beruf erlernen und können nicht von allem ein bißchen machen. Das ist auch gut so, denn eine kleine Auswahl entspricht einer gehobenen Effizienz, und ist den Bedürfnissen und Anforderungen unserer Gesellschaft angepaßt.

Prinzipiell sind wir aber nach wie vor universal. Jeder von uns könnte die Rolle eines anderen Menschen einnehmen, wenn es erforderlich wäre. Doch leider erleben einige Menschen erst in Extremsituationen, in denen sie wirklich gefordert werden, welche Möglichkeiten in ihnen geschlummert haben.

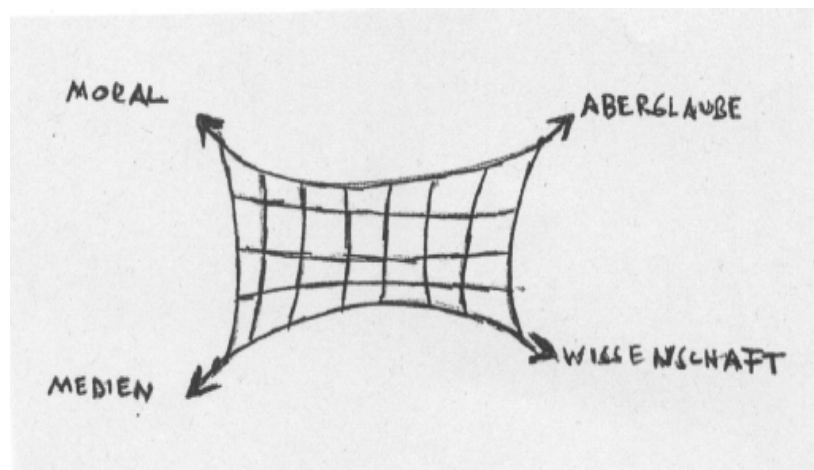
Wir haben auch die Wahl, wie wir mit Mühe, Leid und Schmerz umgehen. Ob uns Entbehrung ruhelos oder geduldig macht, und ob wir durch Niederlagen in die Knie gezwungen werden oder erst recht kämpferisch werden; all das ist ein Produkt unserer freien Entscheidung. Müssen wir also wirklich ständig unzufrieden sein? Liegt das tatsächlich in der Natur des Menschen? Wozu brauchen wir Selbstmitleid, wenn es uns doch nur schaden kann?

2) Die Ursache der Wirklichkeitsverzerrung

Die Dichotomie von Logik und Emotionen hat einige Ursachen, die unter anderem in den verschiedenen Charakteren und ihrer gesellschaftlichen Hierarchie begründet sind. Unsere Gesellschaft wird durch die lautesten Stimmen geprägt, die naturgemäß weder die durchschnittlichen noch die intelligentesten Menschen repräsentieren.

In aller Regel handelt es sich um Extremisten, also Verfechter von nichtakzeptierten Randgruppen, die ihre Ansichten dadurch belegen möchten, indem sie diese lautstark verbreiten. Die Mehrheit von uns folgt einer solchen Bewegung, wenn sie einigermaßen plausibel erscheint. Durch die sich lawinenartig potenzierende Gruppendynamik entsteht letztendlich eine Sogwirkung auf die Unentschlossenen und Skeptiker.

Unseren Kindern geben wir das weiter, was wir gelernt haben und für richtig einschätzen. Aber im Prinzip sind wir gar nicht imstande, objektiv und neutral zu beurteilen, ob wir tatsächlich im Recht damit sind. Auch das Fernsehen, das inzwischen nicht mehr aus unserem Leben und unserer Meinungsbildung wegzudenken ist, vermittelt uns oftmals eine Verzerrung der Wirklichkeit.



Einmal angenommen es gab vor einigen Tagen ein schweres Erdbeben in der Türkei, bei dem viele Menschen starben. Dann berichten die Journalisten tagelang von allen

erdbebenähnlichen Ereignissen rund um die Welt. Es entsteht der Eindruck einer besonderen Häufung, was aber trügt. Eigentlich gibt es die kleineren Beben immer, aber sie werden in den Nachrichten nicht jedesmal erwähnt. Wenn jedoch eine Begebenheit besonders ins öffentliche Interesse gerückt ist, dann werden krampfhaft ähnliche Ereignisse gesucht, um uns daran zu erinnern.

So gibt es immer eine Zeit der scheinbar gehäuften Flugzeugabstürze, Eisenbahnunglücke, Autounfälle, Nahrungsmittelskandale und anderen Katastrophen.

Das Fernsehen hat darüber hinaus mittlerweile beinahe jede Schamgrenze überschritten. Mittlerweile ist dort sogar schon vormittags die Rede von Sex, und das „Reality TV“ läßt sich ständig neue Geschmacklosigkeiten einfallen, um uns noch zu ekeln oder zu schocken.

Vielleicht dürfen wir schon bald live daran teilhaben, wie Menschen im Minenfeld zerfetzt werden, oder Spielshows beiwohnen, in denen Kinder mit Hunden um einen Knochen kämpfen. Das war schließlich schon bei den Reitervölkern eine Form der Unterhaltung.

„Hui, ist das gruselig“, werden wir dann denken, während die Werbepause unsere Gedanken auf den Konsum zurückkehren läßt. Die Vermischung von Information und Unterhaltung bleibt nicht folgenlos. Es braucht keine soziologischen Untersuchungen, um herauszufinden, daß wir bei schnellen Themenwechseln abstumpfen und unser Mitgefühl restlos verkümmert.

Es ist keine Frage, ob wir die Fernsehwelt auch weiterhin von der echten unterscheiden können, denn das werden wir immer können. Es geht darum, daß es bedenklich ist, wenn dem Wunsch nachgegeben wird, in der virtuellen Welt das auszuleben, was wir uns im richtigen Leben nicht trauen.

Die Schnittstelle unserer Eindrücke muß äußerst solide sein, um das alles vertragen zu können. Nur wenige, emotional besonders begabte Menschen können sich das Muster, die Blaupause der absoluten, unverzerrten Realität bewahren. Intuitiv verstehen sie, daß ihr Weg nicht mit diesem Strom sondern dagegen verlaufen sollte.

Doch da uns in der Schule nicht vermittelt wird, was es bedeuten könnte, solche alternativen und unorthodoxen Ideen zu verfolgen, trauen sich die meisten dennoch nicht, ihren eigenen Weg wirklich zu gehen. Diejenigen, die es gerne tun würden, finden sich in einem Heer von Individualisten wieder, die in alle theoretisch möglichen Richtungen streben, da sie aufgrund mangelnder Begabung ungerichtet oder fehlgeleitet sind.

Das verstärkt wiederum die Orientierungslosigkeit der Masse, die nicht durchschaut, welche Menschen tatsächlich im Recht sind, und welche nur vorgeben, es zu sein. Es funktioniert innerhalb unserer Gesellschaft sehr gut, falsch zu leben, da es viele tun, und jeder genau genommen anonym damit bleibt. Das Ganze verhält sich ebenso wie unser System „Geld“.

Papier, das auf eine bestimmte Weise bedruckt ist, wird von uns als Geld betrachtet, und ihm ein Wert zugeordnet, der den von beliebig bedrucktem Papier bei weitem übersteigt. An sich ist es nur Papier, da aber alle mitspielen, kann es als Tauschobjekt gehandelt werden. Und genauso tauschen wir auch wertlose Ideen miteinander aus, und

geben ihnen einen Gehalt, den sie nicht wirklich besitzen, indem wir sie kollektiv verehren.

Wenn ich beispielsweise behaupten würde, das Leben sei „hart und ungerecht“, dann würden mir spontan viele beipflichten. Darunter wären aber auch Unzählige, die selbst kein so einschneidendes Erlebnis erfahren haben, um zu einer solch absoluten und melancholischen Feststellung zu gelangen. Dennoch haben sie davon „gehört“ und teilen diese Ansicht, ohne einen eigenen Grund dafür zu haben.

Wir sind in der Lage, Entscheidungen unabhängig von unseren Gefühlen zu treffen. Das macht uns fehlbar und verletzlich. Oftmals ist dieses Vorgehen von Vorteil, um die Neutralität und Überparteilichkeit zu wahren, aber der Umgang damit erfordert viel Erfahrung. Deshalb ist es besser, sowohl zu verstehen was man tut, als auch seine Taten auf Gefühle zu stützen. Logik kann emotionale Sachverhalte und Situationen allenfalls beschreiben, nicht aber erklären.

Es gibt Menschen, die intuitiv das Richtige tun. Das ist im Prinzip auch ausreichend, denn der Einäugige ist unter den Blinden ein König. Doch es ist immer besser über sich und sein Handeln auch Bescheid zu wissen. Dann ist es reproduzierbar, kann an den richtigen Stellen korrigiert und erweitert werden und ist zusätzlich auch auf andere übertragbar. Schließlich ist es schön, wenn es auch den Menschen, die uns nahe stehen, gutgeht.

3) Die „Suchmaschine“

Wir müssen die Herausforderung der modernen Welt mit all ihren Möglichkeiten annehmen und uns ihr stellen. Dazu müssen wir sie akzeptieren und kennenlernen. Wenn es viele Möglichkeiten gibt, dann hat man die Qual der Wahl. Aber die Chancen steigen in diesem Fall mit unseren Möglichkeiten; man darf nur nicht die Übersicht verlieren.

Das Medium „Internet“ ist ein perfektes Beispiel für diese Problematik. Im Internet gibt es alles, denn es ist die größte Bibliothek und das größte Kaufhaus der Welt. Aber das Überangebot und die Undurchsichtigkeit machen es zur Qual, sich dort zu informieren. Doch es gibt „Suchmaschinen“, die uns dabei helfen, die Spreu vom Weizen zu trennen, und das zu finden, was wir benötigen.

In Analogie ist es also nötig, eine „Suchmaschine“ für unser Leben zu finden, die brauchbare Informationen aufspürt, hinderliche filtert, und dennoch zugleich die Ausgewogenheit wahrt. Diese tauglichen Instrumente gab uns die Natur mit; wir nennen sie Intuition, Empathie und Vernunft.

Es hilft noch nicht viel, die Struktur der Gesellschaft zu kritisieren und ihr einen Mangel an Harmonie zu attestieren. Die Herausforderung an uns ist der richtige Umgang mit dem, was wir in unserem Leben vorfinden und Zufriedenheit damit zu erlangen.

Die gesamte Gesellschaft zu verändern ist das utopische Ziel der Idealisten. Es ist wesentlich sinnvoller und aussichtsreicher eine passive Revolte anzustreben, indem wir durch Andersartigkeit innerhalb eines kleinen Wirkungskreises vorleben, daß man auch anders verstehen und handeln kann, als es die meisten glauben.

Als ersten Schritt in diese Richtung beschäftigen wir uns nun mit dem Erkennen der objektiven Realität und gleichgesinnter Menschen, die uns bei diesem schweren Vorhaben unterstützen können.