



Wolfgang Kiener · Frater Johannes Weise

Die Individualismus- Falle

Warum die Lebensfreude
schwindet und wie wir
das ändern können

Mit einem Vorwort von Anselm Bilgri

Deutscher Taschenbuch Verlag

All den Menschen, in deren Gegenwart zu leben
uns eine Freude ist



Mix
Produktgruppe aus vorbildlich
bewirtschafteten Wäldern und
anderen kontrollierten Herkünften

Zert.-Nr. GFA-COC-1298
www.fsc.org
© 1996 Forest Stewardship Council

Der Inhalt dieses Buches wurde auf einem nach den
Richtlinien des Forest Stewardship Council zertifizierten
Papier der Papierfabrik Munkedal gedruckt.

Originalausgabe

Mai 2008

Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG,

München

www.dtv.de

© 2008 Deutscher Taschenbuch Verlag GmbH & Co. KG, München

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede
Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne
Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für
Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung
und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Umschlagkonzept: Balk & Brumshagen

Umschlagfoto: Christine Strub

Satz: Greiner & Reichel, Köln

Gesetzt aus der Stone 9,5/12'

Druck und Bindung: Kösel, Krugzell

Gedruckt auf säurefreiem, chlorfrei gebleichtem Papier

Printed in Germany

ISBN 978-3-423-24675-0

*»Man müßte die Frage untersuchen,
weshalb unsere Lebensweise uns in
eine Lage versetzt, die das Alte Testament
als die schlimmste Sünde der Hebräer
bezeichnet: nämlich mitten im Überfluß
ohne Freude zu leben.«*

Erich Fromm

*»Ein kollektives Problem erscheint –
solange es nicht als solches erkannt ist –
stets als ein persönliches und erweckt dann
gegebenenfalls die Illusion, es sei im Gebiet der
persönlichen Psyche etwas nicht in Ordnung.
Tatsächlich ist der persönliche Bereich gestört,
aber nicht notwendigerweise primär, sondern
vielmehr sekundär, infolge einer unzutraglichen
Veränderung der sozialen Atmosphäre.«*

Carl G. Jung

*»Unwissentlich Gefangene ihres eigenen Egoismus,
fühlen die Menschen sich unsicher, vereinsamt und
der naiven, einfachen und unkomplizierten
Lebensfreude beraubt.«*

Albert Einstein

Inhalt

Anselm Bilgri Zum Geleit	9
Teil I	
Worin besteht das Problem, und was sind seine Konsequenzen?	
Die leeren Gesichter des Alltags Eindrücke und Möglichkeiten	15
<i>Stimmt</i> hier etwas nicht? Der paradoxe Mangel an Lebensfreude	19
Die Suche nach der achtzehnten Krawatte, oder: Voraussetzungen der Entwicklung von Lebensfreude ...	25
Ein Blick in den Spiegel Die Individualismus-Falle	33
»Fragen Sie mal einen, der dabei war« Das soziale Bedürfnis	58
Glückliche Umstände? Gegenbeispiele	68
»Gepflegte Langeweile« Zum Zustand des Soziallebens	77
Das kommt Ihnen spanisch vor? Individualismus im internationalen Vergleich	94
Therapien fürs Privatleben Die USA	103

Heute kein Problem mehr? Sexualität und Partnerschaft	113
»Nebeneinander herfeiern« Ein Kommentar zu Festen	123
Die zwischenmenschliche Wüste Schlussbemerkungen	126
Teil II	
Warum ist es dazu gekommen – und wie geht es anders, wie finden wir zu wirklicher Freude am Leben?	
Die Widerspiegelung in den Augen des Nächsten Bedeutungen des Soziallebens	135
»Einfach«, aber intensiv! <i>Lebenskultur</i> versus Einseitigkeit	150
Kulturelle Eigendynamik Beobachtungen aus »primitiven« Stammeskulturen	173
Freiheit allein reicht nicht Ursachen des Verfalls des Soziallebens	179
»Das System ist schuld« Einflüsse der Wirtschaftsordnung	191
Den Jahren mehr Leben geben »Wiederaufbau« – und Auswirkungen von Lebensfreude	208
Anmerkungen	236
Literatur	251

Anselm Bilgri Zum Geleit

Eine der großen Errungenschaften der Moderne ist die Gewinnung der individuellen Freiheit. Die grundsätzliche Möglichkeit der freien Wahl ist besonders in unseren demokratisch geprägten Gesellschaften zu einem Merkmal des selbstbestimmten Lebens geworden. Zu früheren Zeiten und heute noch in anderen Kulturen war der Mensch viel mehr fremdbestimmt, als wir es uns vorstellen können. Die Wahl des Berufs, des Lebenspartners, des Wohnortes und vieles andere wurde dem Individuum durch das gesellschaftliche Umfeld, in das der Mensch hineingeboren wurde, abgenommen und vorgegeben. Demgegenüber haben die »vier Mobilitäten« in geographischer, sozialer, partnerschaftlicher und politischer Hinsicht unbegrenzte Möglichkeiten der Wahl geschaffen. Gleichzeitig erfährt der Einzelne diese Möglichkeit der Wahl zunehmend als Qual. Er muss ständig Entscheidungen treffen, muss die richtigen Kriterien für sein Urteil finden und anwenden, und wenn er sich für das eine entscheidet, verzichtet er auf das andere.

Dies ist nur eine Seite des Problems, das wir mit dem Begriff des modernen Individualismus benennen, aber eine alltäglich erfahrbare. Ganz banal erlebbar ist das beim Einkaufen in einem großen Supermarkt, wenn man vor einem Regal voll gleichartiger Produkte steht, die sich nur durch das Etikett voneinander unterscheiden. Diese Fülle von Wahlmöglichkeiten hatte man zu den Zeiten noch nicht, als es um das bloße Überleben ging. Heute scheint es in Verbindung mit den suggerierten Markenwelten mehr um das Erleben zu gehen. Die Soziologen zergliedern die Gesellschaft in Milieus oder Sinus-Gruppen, die Psychoanalytiker erheben die Individualität jedes Einzelnen zum Leitbild ihrer Therapie.

Es gibt vielfache Bestrebungen, dem Auseinanderfallen unserer Gesellschaften in »Elementarteilchen« des Individualismus entgegenzutreten. Eine davon ist der Kommunitarismus, der es

sich zur Aufgabe gemacht hat, den Bürgersinn wiederherzustellen, welcher der Vereinzelung der Individuen und dem Nebeneinander von Kulturen in unseren Gesellschaften zum Opfer zu fallen droht. Die jüngste Bewegung zur Herstellung einer bürgerschaftlichen Gesellschaft scheint in eine ähnliche Richtung zu weisen: Gemeinsinn auf der Basis individueller Freiheit. Darüber hinaus braucht jede menschliche Gemeinschaft aber soziale Formen, gemeinschaftsstiftende Usancen und »Gewohnheiten des Herzens«, wie sie schon Alexis de Tocqueville in seinem Reisebericht ›Über die Demokratie in Amerika‹ angesichts des zu seiner Zeit (1835) bereits feststellbaren Anwachsens des Individualismus angemahnt hat. Der Mensch unserer Tage, hineingeworfen in die Welt der Freiheit, der Wahl und der Individualität, empfindet sich quasi dazu verurteilt, wenn nicht gar verdammt, aus den vielfältigen Möglichkeiten, die sich ihm bieten, selbst ein Muster zu stricken, in dem er für sein Leben Sinn finden und leben kann.

Könnte nicht auch das Christentum, das trotz vieler Irrwege im Prozess der Inkulturation mit seinen beiden ethischen Kernforderungen, dem Liebesgebot und der Goldenen Regel (»Was ihr von anderen für euch erwartet, das tut auch ihnen.«), den Anstoß zur Entdeckung der Personenwürde des Menschen und damit des späteren Individualismus gegeben hat, Hilfe im schwierigen Umgang mit diesem modernen Problem bieten? »Wo aber Gefahr ist, wächst das Rettende auch.« (Friedrich Hölderlin). Es geht immer um die Beziehung des Selbst zum Anderen. Für eine christliche Lebenskunst besteht sie in der Haltung der Liebe oder zumindest des gegenseitigen Respekts.

Der Investment-Analyst Wolfgang Kiener und der Dominikanermönch Johannes Weise, beide viel gereist und vielfach interessiert, legen einen eigenen Entwurf für die Schule der Lebenskunst vor: durch Lebenskultur zur Lebensfreude. Haben früher wirtschaftliche Faktoren die Menschen quasi zwangsweise in Kontakt zu den Mitmenschen getrieben, so erhöht der Wohlstand unsere Freiheit und Unabhängigkeit. Stärker als je stehen wir einer neuen Herausforderung gegenüber: Freiheit erfordert Gestaltung des Lebens aus eigener Initiative in lebendigem Aus-

tausch mit den anderen Individuen. Lebenskultur heißt, Fähigkeiten zu entwickeln für ein bereicherndes Verhältnis zu den Mitmenschen sowie zu den kulturellen Gebräuchen und Einrichtungen einer Gesellschaft. Diese Lebenskultur umfasst die Bereiche Freizeit und Urlaub genauso wie die Welt der Arbeit und die der Sozialkontakte. Durch gemeinsame Aktivitäten jenseits einer bloßen Arbeits- und Leistungskultur, jenseits von TV-Fernbedienung und Freizeitstress, mit der Neuentdeckung echter Feierkultur, die wir durchaus von weniger hoch entwickelten, spezialisierten und damit individualisierten Kulturkreisen neu lernen und uns anverwandeln können, mag wieder Lebensfreude einkehren in den oft so trist und grau gewordenen, weil meist kurz getakteten oder sinnleer erlebten Lebensablauf.

Dies ist das Leitwort des hier vorgelegten Buchs: die Freude. Es ist das alte Thema der *ars vivendi*, der Lebenskunst, die Erlangung der Eudämonie, der *vita beata*, des guten Lebens: Wie kann ich glücklich, freudig, wir würden noch ergänzen: sinnvoll und erfüllt, leben? Freude kann heißen, geistig frei zu sein, gelassen zu sein, innerlich gefestigt zu sein, sich seelisch und körperlich wohlzufühlen; nicht als Selbstzweck, nicht als Ego-trip, sondern um beziehungsfähig und damit liebesfähig zu werden. Es gibt ein altes, vielleicht auch altersweise klingendes Wort für diese Art von Freude, die *hilaritas*, die heitere Gelassenheit. Heiterkeit meint eine Freude, die von innen nach außen strahlt, nicht laut und lärmend sich bemerkbar macht, sondern eher still und leise lächelnd. Gelassenheit trägt zwei Aspekte in sich: sich selbst, den eigenen »Wahn« (so lässt Richard Wagner seinen Hans Sachs singen) loslassen können, aber auch andere Menschen so sein zu lassen – nicht unbedingt, wie sie selber sein wollen, schon gar nicht, wie ich sie haben will, wohl eher so, wie sie von Gott gedacht sind.

Das ist ein Rezept für gelingendes Zusammenleben von Menschen, das den falsch verstandenen Individualismus zu übersteigen vermag. Freude und heitere Gelassenheit stellen sich nur ein, wo der Geist der Liebe herrscht. Liebe ist die Hinwendung zum Mitmenschen ohne Hintergedanken. Liebe meint, offen zu sein für den anderen, ihm entgegenzugehen, aufmerk-

sam und achtsam zu sein, in Gemeinschaft zu leben und sich zu ergänzen. Liebe ist für Menschen mit Tiefgang der höchste Ausdruck gelingender Kommunikation und damit Ausdruck des Menschseins schlechthin.

Teil I

**Worin besteht das Problem,
und was sind seine Konsequenzen?**

Die leeren Gesichter des Alltags Eindrücke und Möglichkeiten

Ein Reisender gewinnt mitunter bei der Rückkehr einen neuen Eindruck von seinem Heimatland. Er war vorübergehend in einer »anderen Welt«, weit weg von der heimischen Normalität. Erholt kehrt er nach Hause zurück, bringt noch Bruchstücke eines fernen Lebensgefühls mit sowie etwas von der Aufmerksamkeit, mit der er die fremde Kultur und ihre Menschen musterte. Auf ähnliche Weise betrachtet er nun seine Landsleute. Schon kurz nach der Ankunft im Flughafen, in der Bahn nach Hause, sticht ihm bei uns eins ins Auge: wie viele ausdruckslose, sichtbar unzufriedene, mürrische Gesichter er sieht und wie freudlos die Atmosphäre erscheint.¹ Womöglich erschrickt er sogar und wundert sich, was hier eigentlich los ist. Nach kurzer Zeit wird er jedoch vom Alltag erfasst, die Gewöhnung setzt ein, die Aufmerksamkeit richtet sich auf andere Dinge, die Eindrücke lassen nach, es bleiben Erinnerungen – und eventuell Fragen.

Im Hinblick darauf hat sich eine Frage herauskristallisiert und den Autoren immer intensiver gestellt: die Frage, ob wir nicht exzessiv individualistisch geworden sind und dadurch unser Sozialleben so »unter die Räder« geraten ist, dass uns viel Lebensfreude fehlt, die aus diesem Bereich kommen könnte. Diese Frage stößt oft auf schnelles Verständnis, weil viele Menschen Erfahrungen menschlicher Gemeinschaft gemacht haben, die sie den Unterschied zu den herrschenden Mängeln im Sozialkontakt erahnen lassen. Die Bedeutung und die Konsequenzen dessen, insbesondere die Auswirkungen auf unser Repertoire an Lebenskultur, sollen hier aufgezeigt werden. Auch soll dargestellt werden, wie es zu einer exzessiv individualistischen Prägung überhaupt kommt. Die Emanzipation des Individuums, weg von Zuständen der Unfreiheit, hin zu persönlicher Entwicklung, war zweifelsohne ein Schritt nach vorn in der Menschheitsgeschichte; auf dem bisherigen Weg sind jedoch Dinge verloren gegangen, die der Mensch zu seiner Entfaltung benötigt.

Wir denken, wenn wir uns stärker im Klaren darüber sind, was uns verloren ging, und etwas Energie darauf verwenden, unseren Lebensstil weiterzuentwickeln – auf eine natürliche und naheliegende, keinesfalls exotische Weise –, dann werden wir deutlich mehr Freude am Leben entfalten, als dies gegenwärtig der Fall ist. Und die Energie, die wir darauf verwenden, werden wir vielfach zurückbekommen, denn wenn wir momentan nicht gerade vor Energie überschäumen, dann liegt es häufig daran, dass es uns an Quellen der Lebensfreude mangelt.

Wir denken, dass eine Wiederbelebung verlorener Bereiche unseres Lebens zur natürlichen Heilung weit verbreiteter charakterlicher Defizite sowie zu einer umfassenderen Entwicklung der Persönlichkeit führen wird, und dass sie helfen wird, die Entfremdung von den Mitmenschen zu überwinden, besonders auch in unserer nächsten Umgebung.

Wir denken, dass der soziale Instinkt des Menschen, wenngleich oft verstört und abgedrängt, so doch alles andere als tot ist, und dass bereichernde und selbsttragende Formen von Gemeinschaft, mit entsprechender Lebenskultur, heute nach wie vor möglich sind.

Wir denken, dass wir die vielen Errungenschaften unserer Zivilisation in wesentlich höherem Maße schätzen und genießen könnten, wenn unsere Lebensweise nicht in anderen Bereichen erhebliche Mängel aufweisen und essenzielle menschliche Bedürfnisse unverwirklicht lassen würde.

Wir denken, wenn wir unser eigenes Leben umfassender leben und selbst stärker Lebensfreude ausstrahlen, dann wird unser Nachwuchs – welcher gegenwärtig auf einigen Gebieten unter beträchtlicher Orientierungslosigkeit leidet – wieder mehr Beispiel, Orientierung und auch glaubwürdige, weil real gelebte Werte in uns finden.

Wir denken, dass eine Weiterentwicklung unserer Lebensweise in vielen Bereichen Probleme lindern sowie positive Veränderungen herbeiführen kann, von der Jugend bis zum Alter, in der Beziehung zwischen Frau und Mann, in der Familie, in Beruf und Freizeit, etc.

Es geht hier weder darum, alle Probleme in unserer Gesellschaft auf ein einziges Phänomen zurückzuführen, noch darum, die Fortschritte unserer Zivilisation herabzuwürdigen. (Den Autoren schwindelt bei dem Gedanken, ein Buch ohne einen Computer zu erstellen.) Vielmehr geht es darum, häufige und dennoch wenig beachtete Zusammenhänge sowie Probleme deutlich zu machen, und zu zeigen, wie wir in unserem Alltag glücklicher werden können. Zu diesem Zweck ist es unumgänglich, herrschende Defizite – und Kontraste zu besseren Verhältnissen – stark herauszustellen.

Um solche Zusammenhänge aufzudecken, kann dieses Buch nicht der in den Sozialwissenschaften verbreiteten Tendenz folgen, sich nur auf scharf eingegrenzte Einzelthesen zu beschränken, die unmittelbar experimentell oder statistisch getestet werden können – und bei denen »als einzige Tugend die Genauigkeit der Begriffe und der Terminologie zählt. [Denn] Wörter ohne genau definierte Bedeutung könnten ein Vorhaben vereiteln, als dessen Idealbedingung die Sterilität eines Labors gilt«². Auf einem Gebiet, auf dem mit den bestehenden Mängeln in einer Gesellschaft sich schon der Bedeutungsgehalt von Wörtern reduziert, ist es gar nicht sinnvoll, an den Anfang eine Definition jedes zentralen Begriffs zu stellen. Vielmehr wird hier die Bedeutung einiger Begriffe, insbesondere desjenigen der »Lebenskultur«, erst im Laufe des Buchs vollständig klar werden.

Die Autoren haben längere Zeit im inner- und außereuropäischen Ausland gelebt; diese teils gemeinsam, teils getrennt gemachten Erfahrungen haben entscheidend dazu beigetragen, zwei Menschen auf so unterschiedlichen Lebenswegen – der eine Ökonom und Investment-Analyst (Wolfgang Kiener), der andere Mönch und Seelsorger (Johannes Weise) – zu dem Projekt des vorliegenden Buches zusammenzubringen. Vor dem Hintergrund solcher Auslandserfahrungen werden hier gelegentlich Vergleiche zu bestimmten Regionen oder Ländern gezogen. Dabei soll selbstverständlich nicht der Eindruck erweckt werden, in einer Kultur wären alle Menschen »so« und in einer anderen alle »ganz anders« – dies wäre absurd. Ungeachtet individueller Verschiedenheiten gibt es jedoch allgemeine Unter-

schiede zwischen Kulturen, z. B. was die Häufigkeit gewisser Charaktereigenschaften betrifft, und diese sind für eine systematische Analyse von Bedeutung.

»Auch wird sich der gebildete Leser darüber im klaren sein, daß die menschliche Natur, selbst wenn sie hier unter einem Sammelnamen gefaßt wird, von so wunderbarer Vielfalt ist, daß ein Koch eher sämtliche Spezialitäten der internationalen Kochkunst kennenlernen als ein Autor ein derart weitläufiges Thema erschöpfen kann.«
Henry Fielding

Stimmt hier etwas nicht?

Der paradoxe Mangel an Lebensfreude

*»Der weiße Mann wird vor
vollen Tellern verhungern.«*

Autor unbekannt

Im Vergleich zu den Verhältnissen in etlichen Gesellschaften, u. a. in Südamerika, ist es bei uns wirklich auffallend, wie leblos, unzufrieden oder verdrossen viele Menschen aussehen und wie wenigen ein Lächeln ins Gesicht geschrieben steht. Neuerdings gibt es sogar Kurse, um lachen zu lernen. Selbst wenn man davon ausgeht, dass es unaufrichtig wäre, im stressigen Arbeitsleben gut gelaunt zu sein, und sich nur am Samstagabend umschaute: die Situation ist nicht viel anders. Wenn man sich nicht überhaupt auf verschiedene Art langweilt, dann werden in Deutschland z. B. in Restaurants oder Bars oft die ernstesten Themen diskutiert und beklagt, obwohl man eigentlich ausgegangen war, um sich zu amüsieren; und bisweilen wird diskutiert auf eine Weise, als gäbe es nichts Wichtigeres auf der Welt als ein Thema, an das man sich am nächsten Morgen dennoch kaum erinnern kann. Der Kontrast zu fröhlichen Gesichtern in einem einfachen Tanzlokal in Südamerika – ohne Shows und sonstigen »Schnickschnack«, mit Tischen und einer Tanzfläche, wo gelacht und getanzt wird – ist frappierend. Wer zudem um die schwierigen wirtschaftlichen Umstände und nicht selten auch familiären Probleme der Menschen in südamerikanischen Ländern weiß, dem erscheint dieser Gegensatz auf den ersten Blick schlichtweg paradox. Während jedoch einerseits Südamerikaner aus wirtschaftlichen Gründen nach Westeuropa ziehen, ist es andererseits tatsächlich so, dass es heute europäischen Unternehmen ausgesprochen leicht fällt, selbst hochqualifizierte Nachwuchskräfte für die Entsendung zu ihren Tochterfirmen in Südamerika zu finden – und zwar nach Auskunft von Betroffenen genau deswegen, weil sie von der dort verbreiteten Lebensfreude stark angezogen werden.³

Freude am Leben ist bei vielen Kindern in Form einer unspezifischen Lebendigkeit noch weitgehend vorhanden. Von nicht wenigen Erwachsenen wird dies als außergewöhnlich bewundert, und manche hat es schon zu der absurden Meinung verleitet, Fröhlichkeit und Lebendigkeit wären kindliche Eigenschaften. Die Aufrechterhaltung der Lebensfreude, wenn auch in gereifterer Form, scheint allerdings bei uns ab der Jugend immer schwieriger zu werden. Die Anthropologin Jean Liedloff hat sich in diesem Zusammenhang einmal veranlasst gesehen, Folgendes zu schreiben (aus dem Gegensatz zu der Situation in einer von ihr untersuchten Stammeskultur heraus): »Wir betrachten es als erwiesen, dass das Leben schwer ist, und meinen, wir hätten Glück, das bisschen an Zufriedenheit zu besitzen, das wir gerade bekommen. Wir betrachten Glücklichkeit nicht als ein Geburtsrecht, *noch erwarten wir, dass es mehr als Ruhe oder Zufriedenheit sei. Wirkliche Freude [...] ist bei uns außerordentlich selten.*«⁴

Tatsächlich gibt es zahlreiche Menschen, die nur selten gut gelaunt sind, an allem herumnörgeln, sich wegen unbedeutender Kleinigkeiten übermäßig ärgern, sich fast niemals für etwas begeistern können, überall Risiken sehen bzw. ständig unzufrieden sind. Einerseits machen in den westlichen Industrieländern viele Menschen kaum etwas anderes mehr in der Freizeit, als sich vor den Fernseher zu setzen. Die US-Amerikaner verbringen inzwischen im Durchschnitt über die Hälfte ihrer Freizeit vor dem Fernseher, obwohl sie das Fernsehen nach ihren eigenen Aussagen weniger genießen als die meisten anderen Freizeitaktivitäten.⁵ Andererseits ist eine ausgeprägte Rastlosigkeit anzutreffen, mit Reisen in alle Winkel der Erde und überhaupt jeglicher Art von Freizeit-Aktivismus – von täglichem Joggen, »Wunder wirkenden« Gesundheits-Methoden, Gesprächsgruppen, wozu auch immer, bis zu Extremsportarten und aufwendigsten Ausflügen jedes Wochenende (nach dem Motto »Das Leben ist anderswo«). Wieder andere vermuten Glück immer in der Zukunft – »wenn ich *das* noch erreicht oder bekommen habe, werde ich zufrieden sein« –, und dennoch tritt dieser Zustand nie ein. Von Psychiatern wird berichtet, dass in den letzten Jahrzehnten zunehmend Patienten auf-