

Alles muss schnell gehen

Beschleunigung, neue Medien, Geld, Wirtschaft – warum steht es so schlecht um die Gelassenheit?

Karl-Heinz Brodbeck



„Gelassenheit“ ist wohl der Begriff, mit dem wir unsere wirtschaftliche, politische und gesellschaftliche Gegenwart am allerwenigsten beschreiben würden. Es herrscht das schlichte Gegenteil: Angst, Aufregtheit, Gier und Aggression in allen Spielarten. Es scheint sogar so, als hätte sich die Entwicklung beschleunigt, um auf ein für niemanden mehr erkennbares „Ziel“ zuzurasen – ein Ziel, das Angst

einflößt: Angst vor dem großen Crash, vor Krieg, Naturkatastrophen, politischen Verwerfungen, vor dem Her eindringen des Fremden, um nur ein paar zu nennen. Eine fast völlig von wirtschaftlichen Interessen dominierte Politik unternimmt alles, um die Lebensumstände der Menschen unaufhörlich umzuwälzen und sie vor neue Situationen zu stellen. Die globale Raserei ist zur Normalität geworden;

begleitet von den damit einhergehenden schlechten Nachrichten. Der Pulschlag politisch-wirtschaftlicher Hektik ist allgegenwärtig. Weit entfernte Ereignisse sind medial ganz nah gerückt und fordern zur Stellungnahme, zu neuen Entscheidungen heraus, die wiederkehrend den je alten Lebens- und Denkstil infrage stellen.



Der Pulsschlag politisch-wirtschaftlicher Hektik ist allgegenwärtig.

Lassen sich hinter all dieser Hektik an der medialen Oberfläche tiefere Prinzipien erkennen? Und kann man diese Prinzipien mit dem kontrastieren, was im Begriff der „Gelassenheit“ einmal gedacht, erhofft, erwünscht wurde? Um eine vorläufige These zu formulieren: Die Gesellschaften der Gegenwart produzieren täglich das schlichte Gegenteil dessen, was eine alte Tradition „Gelassenheit“ nennt. Dass dennoch ein Leben in Gelassenheit nicht unmöglich geworden ist, möchte ich nachfolgend zeigen.

Ich betrachte zunächst den Begriff der „Gelassenheit“ etwas genauer. Im Altertum, in der Stoa galt als Lebensideal eine gelassene Haltung, die *ATARAXIA*. Seneca spricht von der *tranquillitas animi*, der Seelenruhe, als dem stoischen Ideal. Auch außerhalb der Stoa, in dem, was in die Tradition unter dem Begriff „Skeptizismus“ eingegangen ist, findet sich eine verwandte Haltung. Christopher Beckwith hat in seinem unlängst erschienenen Buch „*Greek Buddha*“ die innere Verwandtschaft des Ursprungs dieser Philosophie bei Pyrrhon mit dem Buddhismus aufgedeckt. Pyrrhon war in Indien und lernte vermutlich den ursprünglichen, noch rein mündlich überlieferten Buddhismus kennen. Der Kern von Pyrrhons Lehre besteht in der Aussage, dass wir nichts dauerhaft ergreifen und festhalten können – weder Dinge noch Gedanken. Wer mit dem Dharma vertraut ist, wird hierin die Lehre des Buddha wiedererkennen. Diese Tradition, die über die Griechen und Römer auch das Mittelalter Europas erreichte, drückt sich bei Meister Eckhart in dem Begriff *gelâzenheit* aus. Das mittelalterliche Denken und Lebensideal gipfelt in diesem Wort. Eckhart meinte sogar, dass man auch „Gott“ lassen, nichts also dauerhaft ergreifen solle. Erst dies führe zu dem, was die Römer ‚Seelenruhe‘ nannten.

Eckhart macht zudem eine wichtige Unterscheidung: Er differenziert in der Predigt Nummer 49 über Johannes 4.23 zwischen „gelassen-sein“ und „gelassen-haben“. Wenn man gelassen hat, dann löst man sich von etwas Äußerem. Daraus erwächst schrittwei-

se eine Haltung den Menschen und Dingen gegenüber, die zu einem Gelassen-sein führt. Man lässt sich nicht mehr grundlegend erschüttern, weder von Neuigkeiten noch von der Vergänglichkeit, wie etwa von Besitz, der Trennung von Menschen, Veränderungen im Arbeitsleben. Hoffmeister definiert in seinem philosophischen Wörterbuch „Gelassenheit“ sehr schön als „*das feste Beruhen auf dem eigenen Wesen*“. Damit ist nicht gemeint, keine Bedürfnisse zu haben oder Menschen keine Zuneigung entgegenzubringen. Im Gegenteil. Wie im Buddhismus ist auch hier gemeint, dass wir solche Neigungen und Gefühle nicht festhalten, nicht in unserem Ego-Territorium als „Mein“ einsperren und Unliebsames zornig ausgrenzen. Gelassenheit heißt hier: Wir lassen den Menschen, den Dingen ihre eigene Würde, ohne sie kontrollieren zu wollen.

Wie praktiziert man solche Gelassenheit? Durch Achtsamkeit. Achtsamkeit hier nicht verstanden als eine bloße Technik, um etwa mehr beruflichen Erfolg zu haben oder um sich irgendwie glücklicher zu fühlen. Achtsamkeit heißt, Menschen, die Natur, die Dinge achten, sie – ich zitiere Martin Heidegger – „*in die Acht nehmen*“, dies heißt, sie behüten oder sie einfach so sein lassen, wie sie sind. Jemand hat ein neues Auto, einen erfolgreichen Partner oder auch nur das neueste iPhone. Die gewöhnliche – im Buddhismus sagen wir: die „verblendete“ – Reaktion darauf ist: „Das will ich auch und bin neidisch auf dich.“ Hier zeigen sich in einem Gedanken drei Geistesgifte: Ich will das auch – *Ich-Verblendung*. Ich will das auch – *Gier*, aber ich neide es dir – *Aggression*. Beachten wir dagegen die Dinge, die Ereignisse zunächst einfach so, wie sie erscheinen, reagieren wir in neuen Situationen auf andere zunächst vorurteilsfrei und mit Empathie, dann nähern wir uns der Gelassenheit. Achtsamkeit und Mitgefühl sind der zuverlässige Weg dorthin. Das Ich definiert sich durch Abhängigkeit und Ausgrenzung, durch Ergreifen und Festhalten. Angst und Ungewissheit sind die Folge. Das ruhige Gewahren und Ruhen in uns selbst wird immer wieder vom Lärm der Sineseeindrücke, ganz zu schweigen von der medialen Belästigung abgelenkt.

Das „Ich“ definiert sich durch Abhängigkeit und Ausgrenzung, durch Ergreifen und Festhalten.

Das zupackende und ausgrenzende Ich ist in dieser Verstrickung vor allem auch todernst. Wir nehmen die äußeren Dinge mit Sorgenfalten wahr, besonders das, was heute neu erscheint und morgen schon wieder alt geworden ist. Ein oftmals befreiender Weg zu mehr Gelassenheit kann die Aus-Gelassenheit, der Humor sein. Wenn wir ausgelassen sind – beim Tanzen, mit Freunden, beim Herumalbern –, dann machen wir schon einen Schritt weg vom Festhalten unserer Ich-Grenzen, vom Ergreifen des jeweils Verlockenden. Man macht sich lustig über die Gier, das Neueste haben zu wollen, und übernimmt nicht sofort eine Meinung aus den Medien, auch wenn sie oberflächlich plausibel erscheint. Die heitere Distanz, die der Witz schaffen kann, wird auch durch ruhiges, vernünftiges Nachdenken erreicht. „Witz“ ist ein altes Wort für Klugheit und Verstand. Die kritische Prüfung von Meinungen macht uns nicht blind für die Ereignisse des Tages. Sie schafft aber dadurch, dass wir innehalten und etwas zunächst auf sich beruhen lassen, eine Offenheit, einen Raum, in dem sich die Dinge dann auch ganz anders darstellen können. Wie bei einem guten Witz, der die Blickweise plötzlich völlig umkehrt und uns zum Lachen bringt.

Gelassenheit ist also nicht – wenigstens nicht notwendig – eine weltferne Sache. Zweifellos haben die Nonnen und Mönche des christlichen Mittelalters und im Buddhismus Gelassenheit durch Distanz, durch Abstand von der Welt gefunden: im Kloster oder – wie es im frühen Buddhismus heißt – in der „Waldeinsamkeit“.

Ein oftmals befreiender Weg zu mehr Gelassenheit kann die Aus-Gelassenheit, der Humor sein.

Und ich beeile mich hinzuzufügen: Vorübergehend Abstand zu schaffen bleibt eine wunderbare Möglichkeit auch in unserer Zeit: ein Retreat oder der tägliche Rückzug auf das Sitzkissen zur Meditation. All dies ermöglicht uns, die Welt der Gedanken, der Dinge und anderer Menschen vorübergehend

zu lassen und in diesem Lassen, in der entstehenden Offenheit den Kern der eigenen Achtsamkeit immer wieder neu zu entdecken. Aus diesem vorübergehenden Lassen erwächst dann schrittweise auch die große Gelassenheit mitten in den Stürmen des Alltags.

Weshalb ist es aber so schwer geworden, diese Gelassenheit in der Gegenwart zu finden – trotz all der Angebote an Achtsamkeitstrainings, Meditationskursen und vielfältigen psychologischen Techniken? Man darf immerhin sagen: Das wachsende Bedürfnis danach ist ein Symptom, ein gutes Zeichen in unserer Zeit. Die Menschen stehen den politischen sowie gesellschaftlichen Entwicklungen vermehrt kritisch gegenüber, trotz aller Verlockungen und dem Rausch des ewig Neuen.

Doch welches innere Prinzip der Moderne hat uns überhaupt in diese Situation gebracht? Wenn wir mit Goethes Faust wünschen „*Daß ich erkenne, was die Welt / Im Innersten zusammenhält*“, so lässt sich in der Tat eine relativ einfache Antwort finden. Hier wird ein Blick auf die Wirtschaft unvermeidlich. Tatsächlich finden wir dort wie in einem Spiegel, der alles auf den Kopf stellt, die Antwort auf das Fehlen jeglicher Gelassenheit im Alltag der Moderne. Diese Moderne hat viele Namen: Marktwirtschaft, Demokratie, Kapitalismus, Globalisierung. Die Gesellschaft in der Moderne – sieht man ab von einigen Experimenten im 20. Jahrhundert – wird organisiert durch das Geld. Wir tauschen unsere Arbeiten, unsere Leistungen, unsere Produkte auf den Märkten gegen Geld ein, geben es aber wieder aus und streben deshalb unaufhörlich erneut nach Geld, um weiter Marktzutritt zu erlangen. Unser Denken wird von dieser Handlungsweise grundlegend bestimmt. Wir verwandeln die ganze Welt in eine Rechnung: Die Dinge, die Natur, die Menschen – alles erhält einen Preis, wird in Zahlen bewertet. Zugleich – und das ist für unsere Diskussion hier zentral – treten wir auf den Märkten mit dieser berechnenden Haltung einander fremd gegenüber. Bis hinein in den Alltag spricht das Geld mit: „Ich zähle auf dich; ich rechne mit dir“ – ganz wörtlich. Wir begegnen uns als Fremde durch das Geld hindurch, anerkennen uns darin aber jeweils als Eigentümer. Was ist das, „Eigentum“? Es ist das, was wir uns zurechnen, was wir ergriffen haben und festhalten. Und wenn

wir uns von einem Eigentum trennen, dann nur im Austausch – gegen neues Eigentum. Ich gebe meine Arbeitsleistung her – aber nur gegen Lohn; ich verkaufe meine Produkte nur gegen Geld. Trotz der unendlichen Dynamik dieses endlosen Austauschs bleibt doch eine Sache immer gleich, immer unveränderlich, und dies schon seit Jahrtausenden: das Ergreifen von Dingen, das Festhalten. Wir lassen nur los, wenn wir dafür etwas Neues ergreifen dürfen. Nur mit Müll, mit alten, uninteressant gewordenen Dingen sind wir „großzügig“ und „entsorgen“ sie in dafür vorgesehene Behälter und Plätze. Wir lassen nur los, was wir nicht mehr ergreifen wollen, wofür wir keinen Gegenwert mehr erhalten.

Kurz, die moderne Eigentumsgesellschaft, der Kapitalismus mit seinen Produkten, seinen Medien – all dies ruft uns unaufhörlich zu: „Ergreif!“ „Halte fest!“ „Strebe nach mehr!“ Viel zu ergreifen oder zu haben ist „gut“; wenig zu haben, arm zu sein ist „schlecht“. Ich möchte nicht missverstanden werden: Zweifellos sind elementare Bedürfnisse zu befriedigen. Wer einen leeren Magen hat, wem einfache Kulturtechniken wie das Lesen und Schreiben verwehrt werden, den zu mehr Gelassenheit aufzufordern wäre zynisch. Mitgefühl und Gelassenheit gehören hier untrennbar zusammen: Wenn ich nichts nur für mich festhalte, dann wünsche ich das, was mir wohltut, auch allen anderen. Doch die Gegenwartskultur bewegt sich in anderen Dimensionen. Hier nennt man Mitgefühl verächtlich „Gutmenschentum“. Gelassenheit verkehrt sich ins Gegenteil, in „Coolness“, die ein vages Interesse vorspielt, in Wahrheit jedoch nur Gier und Ängste zu verbergen trachtet.

„Interesse“ ist überhaupt ein vielsagendes Wort. Wer ein Interesse verfolgt, macht sich von dem, wonach er strebt, abhängig: Geld, Macht, Ruhm. All dies erwächst nicht aus uns selbst, sondern kommt von außen. Macht und Ruhm setzen die Anerkennung anderer voraus. „Interest“ heißt im Englischen auch der Zins, das Streben nach mehr Geld: Loslassen von Geld als Kredit nur, um mehr zurückzuerhalten. Wer Interessen verfolgt, macht sich abhängig, will etwas ergreifen und festhalten. Interessen werden sogar „verteidigt“, auch von Staaten oder Firmen; im schlimmsten Fall auch mit kriminellen oder kriegerischen Mitteln.

Kultur, Wirtschaft und Politik heute stehen in direktem Gegensatz zu jener „mittelalterlichen“ Gelassenheit, von der sich die Moderne nicht ohne Stolz weit entfernt wähnt.



Interessen zu verfolgen, Eigentum festzuhalten, das ist die Normalität in der Moderne. Kultur, Wirtschaft und Politik heute stehen in direktem Gegensatz zu jener „mittelalterlichen“ Gelassenheit, von der sich die Moderne nicht ohne Stolz weit entfernt wähnt. Dennoch bleibt ein großes Unbehagen. Das zeigt sich daran, dass immer mehr Menschen Achtsamkeit, Meditation und Mitgefühl zu ihrer ethischen Praxis gemacht haben. Man kann gelassen leben, ohne festzuhalten. Ja, man wird eigentlich nur so ein glücklicher Mensch.



Dieser Beitrag erschien im Juni 2018 in Ausgabe 98 des Magazins *Ursache\Wirkung*.

siehe: <https://t1p.de/UWschnell>

Ursache\Wirkung behandelt als einziges unabhängiges Magazin im deutschsprachigen Raum relevante Themen in den Bereichen Gesellschaft, Gesundheit, Spiritualität, Ökologie, Kultur und Politik aus buddhistischer Sicht. Gründer und Herausgeber ist Univ. Prof. Dr. Peter Riedl.

Zum Autor

Prof. em. Dr. Karl-Heinz Brodbeck



Foto: Pat Christ

(Jhrg. 1948) Der Würzburger Philosoph, Kreativitätsforscher, Ökonom und Wirtschaftsethiker ist emeritierter Professor für Volkswirtschaftslehre, Statistik und Kreativitätstechniken an der Fachhochschule Würzburg-Schweinfurt und Mitglied des Lehrkörpers der Hochschule für Politik in München. Er setzt sich bereits seit mehr als zehn Jahren für eine alternative Ökonomik ein und vertritt eine an die buddhistische Ethik angelehnte Wirtschaftsethik, formulierte eine eigene alternative Theorie der Kreativität und entwickelte vor dem Hintergrund seiner Kritik der traditionellen Ökonomik eine neue Theorie des Geldes.

Zitat von der Webseite des Autors:

„Durch Hass fürwahr kann nimmermehr zur Ruhe bringen man den Hass“

Dhammapada, Vers 24

Webseite:

<http://kbrodbeck.homepage.t-online.de>

E-Mail: brodbeck@t-online.de