

Erfolg und sein Preis

Das Höchstmaß der Freude ist erreicht, wenn alle Schmerzen beseitigt sind. Denn wo die Freude eingezogen ist, da gibt es, solange sie herrscht, weder Schmerzen noch Qualen oder gar beides! (Epikur)

... Anlässlich eines Abitur- Jahrgangs- Treffens kam das Gespräch auf einen ehemaligen Mitschüler, nennen wir ihn hier Bernd, mit dem ich während der Schulzeit allerdings wenig Kontakt hatte: Er saß im Gegensatz zu mir immer strebsam in der ersten Bankreihe. Dennoch ging mir das Erzählte sehr nahe und macht mich bis heute nachdenklich. Bernd hob sich immer durch Fleiß, Ehrgeiz und beste Noten hervor, ein Musterschüler eben. In Mathematik und Physik schaffte er es - im Gegensatz zu uns Mitschülern - dem täglichen Lehrstoff zu folgen, während der Rest der Klasse resignierte und schon längst nicht mehr am Unterricht teilnahm. Unser damaliger Mathelehrer, der in den Kriegsjahren bei Werner von Braun gearbeitet hatte und von dem man munkelte, er könne zwei neunstellige Faktoren im Kopf multiplizieren, nahm sich Schülern wie Bernd besonders an und überredete sie an Projekten bei „Jugend forscht“ mitzuwirken - er wollte eine Elite schaffen. Als nun Bernd beim Abitur einen Notendurchschnitt von 1,1 erzielte, hätte er sich gelassen dem Studium seiner Lieblingsfächer Mathematik und Physik widmen können. Doch mit einem derart herausragenden Abiturdurchschnitt gebot es ihm die gesellschaftliche Verpflichtung sowie ein anerzogenes Prestigedenken, das Studienfach mit dem höchsten Numerus clausus zu wählen. Und dies war seinerzeit Medizin. Also studierte Bernd, der mit Medizin eigentlich nichts am Hut hatte, Humanmedizin, selbstredend in kürzester Zeit und mit hervorragenden Noten im Examen. Seine Doktorarbeit schrieb er während des Studiums so nebenbei. Das Vorzeigeexamen und die Doktorwürde verschafften ihm umgehend einen Arbeitsplatz in einem der renommiertesten Krankenhäuser des Saarlandes. Ehrgeizig, wie Bernd war, arbeitete er oft Tag und Nacht und opferte so manches Wochenende für seine Karriere.

Heute, etwa 35 Jahre nach seinem Abitur, sei seine zweite Ehe zerbrochen, zwei Magengeschwüre plagten ihn ebenso wie Bluthochdruck, ständige Rückenschmerzen und Alkoholprobleme. Trotz einer Bypass-Operation ist er gezwungen, weiter zu schufteln, um für den Unterhalt seiner Kinder und die Raten des Eigenheims aufzukommen. Fünfunddreißig Jahre harte Arbeit und wofür? Wie lange kann man das durchhalten? War es das wert? Was machen wir bloß mit unserer Gesundheit, mit unserem Leben?

Prioritäten setzen

Sind Glück, Erfolg und Gesundheit nicht oberste Prämisse, wonach zu streben es sich lohnt? Allerdings - wären da nicht unser Ego, der Ehrgeiz und das Geltungsbedürfnis, nach denen jeder für sich ganz persönlich seinen Maßstab anlegt. Je nach dem Ermessensspielraum lassen sich Vorstellungen und Werte biegen und den Erfordernissen anpassen. Wo Skalen und individueller Blickwinkel auseinanderklaffen, bleibt die Frage, wo und wann welche Prioritäten zu setzen sind und für welche Gegenleistungen? Was ist Glück, was Erfolg und wo beginnt und endet Gesundheit? Reihen von Büchern, welche die Bedeutung dieser Begriffe zerren und dehnen, füllen Regale. Dort ist zu lesen, dass der Erfolgreiche automatisch glücklich ist, denn er kann sich alles leisten. Gesund ist er natürlich auch, denn

nur die besten Ärzte werden von ihm konsultiert, nur bestes Essen kommt auf den Tisch. Wer erfolgreich ist, treibt Sport, fährt regelmäßig in den Urlaub, zeigt selbstbewusst einen stets gebräunten Teint und kleidet sich nach der jeweiligen Mode. Gesundheit und Zufriedenheit winken demnach nur dem Erfolgsmenschen, so wollen es zumindest Bücher, Motivationstrainer und Managementseminare verkaufen.

Sicherlich ist etwas dran an der These, dass sich der Besserverdienende mehr leisten kann, ob er aber deswegen weniger Sorgen hat, gesünder und vor allem glücklicher ist, wage ich zu bezweifeln. Wer um sich schaut und begreift, wie hart und zerstörerisch sich der Kampf der Glücksritter um Erfolg und Ruhm gestaltet, wird dem Gewinner nicht mehr neidisch sein. Zu hoch war dessen Einsatz. Wie leichtfertig opfern wir das wertvolle Gut ‚Gesundheit‘ für Ehrgeiz und Prestigedenken?

Die Lebensgeschichte von Bernd ist nur ein Beispiel von vielen, die uns in der täglichen Boulevardpresse begegnen, die von Alkohol- und Drogen-Exzessen bekannter Persönlichkeiten zu berichten weiß. Wir lesen von Politikern, Schauspielern und Stars, die sich in der Öffentlichkeit verbale Schlammschlachten liefern, nur um in aller Munde zu bleiben.

Bücher enthüllen peinliche Details aus dem Privatleben und diskriminieren Kontrahenten. Privat- und Intimsphäre, die zwar durch das Grundgesetz geschützt sind, werden dem sensationslüsternen Publikum offen zur Schau gestellt. Man hat das Gefühl, den Geltungssüchtigen ist nichts mehr heilig, alles ist erlaubt, was Publicity verspricht. Im eiteln Gerangel um die Gunst von Sympathisanten oder Wählerstimmen bleibt meist keine Zeit mehr für ein trautes Familienleben. Angesteckt und enttäuscht von der elterlichen Sucht nach gesellschaftlicher Anerkennung verlieren deren Kinder jede Orientierung und geraten auf die schiefe Bahn, rasten aus, trinken, konsumieren Drogen und sind weit entfernt von jeglicher Normalität. Ethische Werte wie Moral, Aufrichtigkeit und Respekt sind Relikte aus vergangenen Tagen. Von ihnen kann man in Antiquariaten lesen aber kaum im täglichen Leben.

Der Humanist Gerhard Szczesny¹ schrieb 1983 in seinem Buch „Vom Unheil der totalen Demokratie“: *Von seinen freigesetzten Wünschen und Wunscherfüllungen überwältigt, hat der Mensch jede Orientierung verloren!*

Ähnliches beobachtete der Münchner Mediziner und Psychologe Michael Birkenbihl 1991 in seinem Buch „Karriere und innere Harmonie“: *In unserer durch und durch materialistischen, in geistiger Hinsicht orientierungslosen und sterilen Zeit, in der der Erwerb von Gütern und Sozialprestige die Beschäftigung mit menschlich-geistigen Werten zu ersticken droht, ist das Philosophieren oder das Nachdenken über rechtes Handeln geradezu lebensnotwendig geworden.*

Werden wir nur noch von einer oberflächlichen und einfältigen ‚Big Brother‘-Gesellschaft, trivialen Talk-Shows und einer gierigen Dollar-Connection geprägt? Entwickelt sich der Mensch zum Voyeur, der sensationslüstern seine Befriedigung im blamablen Verhalten anderer erlebt und dabei Zivilcourage und Pflichtbewusstsein verlernt? Lebt der Mensch nur noch ‚en passant‘ und nimmt alles, aber auch alles im hastigen Vorbeigehen mit? Mutiert der Mensch zu einem rein destruktiven Wesen, geboren aus einer egoistischen Gesellschaft, deren innere Gefühle vor Kälte erstarrt sind?

Ist der moderne Mensch, wie ihn Aldous Huxley² schon 1946 in seinem Roman „Neue schöne Welt“ beschrieb, eine Person, die sich gut nährt, gut kleidet und sexuell befriedigt,

¹ Gerhard Szczesny (* 31.07.1908; † 28.10.2002) gründete die humanistische Union.

² Aldous Huxley (* 26.07.1894 in Surrey, England; † 22.11.1963 in Los Angeles) war ein britischer Schriftsteller.

aber ohne Selbst darstellt? Eine Person, die nur im oberflächlichen Kontakt mit ihren Mitmenschen steht? Sind wir eine Spaßgesellschaft, in der Geld, Prestige, Sex, Egoismus, Hedonismus und Konsum die Maximen unseres Lebens widerspiegeln? Ist Spaß nur noch vermeintliches Glück und in Wirklichkeit zerfressen von Leistungsdruck, Neid, Rücksichtslosigkeit, Brutalität und Untreue? Werte wie Vertrauen, Menschenliebe, Beständigkeit, Toleranz und gegenseitige Achtung verlieren sich immer mehr in der Weite der Gleichgültigkeit. Wo man auch hinschaut, blickt einem Gewalt und Unterdrückung entgegen.

Umso erstaunlicher, wenn bei Katastrophen plötzlich ein Wohltätigkeitsfieber ausbricht, bei dem jeder den anderen zu übertreffen bemüht ist. Hauptsache man hat gespendet, steht auf der Gönnerliste und hat sich sein Gewissen rein gekauft. Ob es sich bei dieser Hilfsbereitschaft um wahre Nächstenliebe handelt, möchte ich allerdings bezweifeln. Die Motivationen können vielfältig sein, einmal in der Hoffnung, sich einen besseren Platz im Himmel zu sichern, aber auch um den Schein eines guten Menschen in der Gesellschaft zu wahren. Ich möchte nicht bestreiten, dass sich der eine oder andere aus ehrlichem Mitgefühl wohltätig zeigt, ohne dabei die Erwartung zu hegen, eine Gegenleistung zu erhalten. Wie dem auch sei, zumindest wird geholfen. Merkwürdig erscheint es mir aber, dass es leichter ist, in der Ferne zu helfen, als vor Ort, wo es um den Nächsten geht, seinen Nachbarn, seinen Partner. Nur bei großen Katastrophen wächst die Gemeinschaft wieder zusammen - kurzfristig. Anstatt in der Keimzelle aller Beziehungen - der Familie - tolerant, verständnisvoll, hilfsbereit und nachsichtig zu sein, bekämpfen sich gerade dort die Menschen unerbittlich.

Selten wird Energie unnötiger vergeudet als im familiären Streit. Die dort aufgestaute Aggression und Frustration packt der Betroffene in seinen persönlichen Psycho-Rucksack und trägt diesen ständig mit sich herum, in der Arbeit, in der U-Bahn, im Straßenverkehr. Er kanalisiert seinen Unmut auf Menschen, die mit seinem Frust nichts zu tun haben und vergiftet schließlich seine ganze Umgebung. Er rast, drängelt, pöbelt, fletscht aggressionsgeladen die Zähne. Reaktionen von Mitmenschen werden von ihm missverstanden, sind zu subjektiv und meist falsch interpretiert. Unverzeihlich basieren Gespräche nur noch auf Vorwürfen, statt einlenkender Worte des gegenseitigen Verständnisses. Dieses destruktive Verhalten mit seinen interaktiven Störungen macht krank und verseucht pandemisch unsere immer schwächer werdende Gemeinschaft. Um die Ursachen für unser destruktives Verhalten zu finden, müssen wir unser psychosoziales Verhalten genau durchleuchten. Erst dann können Lösungen erarbeitet werden. Nur rein symptomatisch die Krebsgeschwulst namens Unvernunft herauszuschneiden, darf nicht die einzige Vorgehensweise bleiben. Ein Vorsatz, der nicht einfach ist, da man am eigenen Ego zu scheitern droht.

Der Weg des Lehrlings

Es gehört schon ein starker Wille dazu, die Missstände wirklich ändern zu wollen.

*Alle Kraft der Menschen wird erworben durch Kampf mit sich selbst und Überwindung seiner selbst.*³

Vernunft und Einsicht, die eine Notwendigkeit zur Wandlung gebären, sind die Voraussetzung für eine Selbstüberwindung. Wer Einschränkungen und Enthüllungen eigener

³ Johann Gottlieb Fichte (* 1762; † 1814) war ein deutscher Schriftsteller, Philosoph und Freimaurer

Fehler fürchtet, wird kaum Änderungen anstreben. Wer sich in jahrelanger Kleinarbeit ein Gerüst von Ausreden und Lügen aufgebaut hat, nur um seinen Egoismus zu rechtfertigen, der wird dieses Konstrukt kaum wieder verwerfen. Man muss mit falschen Eitelkeiten ringen und eherne Pfründe loslassen. Der sture und trotzig Neinsager wird einen solch beschwerlichen Weg kaum einschlagen. Mit zunehmendem Erwachsenwerden, so könnte man meinen, müsse doch die Vernunft Einzug halten. Kein Mensch ist als Weiser zur Welt gekommen, kein Mensch ist von Beginn an perfekt, noch wird er je gänzlich perfekt. Jeder muss lernen und sich entwickeln, besonders wenn man jung, ungestüm und bereit ist, die Welt zu erobern, ohne aber den Preis dafür zu erahnen.

Den goldenen Schnitt zu treffen ist nicht einfach. Er ist keineswegs der Weg des geringsten Widerstandes, wo er doch jedem Einsicht und Nachgiebigkeit abverlangt. Es ist der natürliche Weg des ‚Lehrlings‘, der erst mit seinen Aufgaben wächst. Wer aus seinen täglichen Erfahrungen allerdings die falschen Schlüsse zieht und nicht erkennen will, was doch so klar vor ihm liegt, der wird sich in einer Sackgasse wiederfinden. Nicht jeder wird im Kampf um Vernunft und Kompromisse siegen und nicht alles wird auf Anhieb gelingen. Rückschläge sind vorprogrammiert, Warteschleifen auszusitzen, aber letztendlich muss der Wille zum Durchhalten Oberhand gewinnen, denn Wohlbefinden beginnt im Kopf. Ständig zu lamentieren und zu jammern bringt allein keine Verbesserung. Es sei denn man tut etwas dafür.

So mahnt uns Benjamin Franklin⁴: *Was hilft es, bessere Zeiten zu wünschen und zu hoffen? Ändert euch nur selbst, so ändern sich auch die Zeiten. Ohne Mühe geht nichts.* Jeder muss bereit sein, an sich selbst zu arbeiten und Veränderungen zulassen. In wem die Sehnsucht nach einem humaneren, besseren Leben glüht, wer die Lust zu dieser Herausforderung spürt, der fasse die Gelegenheit beim Schopfe und zeige Mut für neue Wege.

Der Weg, Mensch zu werden, ist steinig und beansprucht viel Zeit. *Man muss lange leben, um ein Mensch zu werden* meint Antoine de Saint-Exupéry⁵. Dennoch ist die Aussicht auf ein zufriedenes Leben, das geprägt ist von Vertrauen, gegenseitiger Achtung, Menschenliebe, Harmonie und Humanität keine Illusion.

Spiegelbilder

Die Suche nach Harmoniestörungen beginnt stets in der Keimzelle eines psychosozialen Verbandes, der Familie. Analysiert man deren soziale Strukturen, fällt auf, dass jeder zweite Haushalt von einer Einzelperson geführt wird. Teils sind es gewollte Single-Haushalte, teils durch Trennung erzwungene. Als Single hat man weniger Pflichten, weniger Berührungspunkte. Eigene Gewohnheiten können kompromisslos gelebt werden und stoßen nicht auf Widerspruch eines Partners, was den leichten Weg des geringsten Widerstandes eindeutig favorisiert.

Daraus erklärt sich, dass jede zweite Ehe in Deutschland geschieden wird, ein Zustand, der sich nicht nur auf die Psyche der Ehepartner auswirkt, sondern weit fatalere Spuren bei den hin- und hergezogenen Kindern hinterlässt. Niemand ist mehr bereit, Kompromisse einzugehen, sich achtungsvoll zu begegnen, konstruktive Kommunikation hat man verlernt.

⁴ Benjamin Franklin (* 1702; † 1790) war ein amerikanischer Politiker, Diplomat, Erfinder, Schriftsteller, Naturwissenschaftler und Freimaurer.

⁵ Jean-Baptiste Marie Roger Graf von Saint-Exupéry (* 29. Juni 1900 in Lyon; † 31.07.1944). Das wohl bedeutendste Werk des Freimaurers Saint-Exupéry ist „Der kleine Prinz“, das 1943 erschien, ist geprägt von den Eindrücken des Zweiten Weltkrieges. Dieses Buch, wie all seine anderen Arbeiten reflektieren die Verwurzelung im Glauben und seine zutiefst humanistische Geisteshaltung.

Verletzte Gefühle sitzen oft so tief, dass sie unversöhnlich scheinen. Die Dekadenz geht so weit, dass Prestigeobjekte und ein ausgeprägtes Geltungsbedürfnis in erschreckendem Maße jedes Aufkommen von ehrlicher Zuwendung und Liebe verdrängen. Die Ehe wird zu einem billigen Sonderangebot degradiert, die, wenn sie verschlissen scheint, im Mülleimer der Gefühle landet.

Der Mensch lebt heute in einer Scheinwelt, wo alte Gockel sich im Liebeszauber wähen, wenn sie eine jüngere Frau in den Armen halten dürfen. Wenn alte Herren wie eitle Pfauen in der Mauser um jüngere Damen tänzeln, machen sie sich dabei mehr lächerlich als dass sie imponieren. Im reifen Alter von 70 Jahren und älter markiert so mancher noch den Jüngling, das Gesicht bis zur Unkenntlichkeit geliftet. Dabei brüstet er sich vor Stolz, wie potent er sei, da er mit seiner neuen und jungen Geliebten noch einen Stammhalter gezeugt habe - welch ein Glück für das Kind, wo es doch nun Papa und Opa in einem hat. Die Lebensgefährtin, die zuvor treu und geduldig an seiner Seite alterte, wird nun, wo ihre sexuellen Reize verblasst sind, mit der Abschiebung ‚entlohnt‘, der Jüngeren wegen. Weil es mit dem Sex nicht mehr klappt, ist die Beziehung passé. Es zählen nicht mehr die Jahre des gemeinsamen familiären und finanziellen Aufbaus, die Jahre des Verzichts und der Kompromisse, was zählt ist nur noch der Sex. Sex avanciert zur obersten Maxime. Selbstverständlich wirkt ein neuer Reiz stärker auf die Sexualrezeptoren als ein alter, aber sind deswegen all die gemeinsamen Erlebnisse nichts mehr wert und darf man deswegen seinen Partner eiskalt ausmustern?

Sex als Allround-Lösung, als Jungbrunnen, als Sinn des Lebens? Eine Behauptung, die von dubiosen ‚Therapeuten‘ mit zahlreichen Argumenten untermauert und in Selbstfindungsgruppen praktiziert wird. Ob in Indien bei sektenähnlichen Gruppierungen, die freie Liebe predigen, oder in Swinger-Clubs, sowie auf Sexpartys der High Society oder am Ballermann auf Mallorca: Sex wird zum ultimativen Lebensziel hochstilisiert.

Selbst die Bibel findet Erklärungen für unsere sexuellen Begierden. So steht im 1. Buch Moses 1:28 geschrieben: *Seid fruchtbar und mehret euch und füllet die Erde und unterwerft sie euch...!*

Wer sich seiner Pflicht zur Fortpflanzung verweigert, verstößt demnach gegen Gottes Gebot. Kein Wunder, dass sich in unserer Männerwelt derartige Rechtfertigungsgründe für ein egoistisches Triebverhalten allgemeiner Beliebtheit erfreuen. Es ist eine Beobachtung, die weltweit in sämtlichen ethnischen Gruppierungen nachzuvollziehen ist.

Aggressive sexuelle Begierden sind Kennzeichen einer uneinsichtigen, rücksichtslosen und archaischen Männergesellschaft, der die entwicklungsgeschichtliche Herkunft aus der Tierwelt noch deutlich anzuerkennen ist.

Drum pocht Neandertals Urenkel vehement auf selbsterlassene Rechte: Recht auf Sex, Recht auf Unterdrückung, Recht auf Macht, Recht auf Betrug, auf Freizügigkeit - einfach auf jedes Recht, was sich ‚Mann‘ einräumt. Selbst Philosophen, Professoren und sich weise gebende Denker werfen alle guten Vorsätze von Bord, wenn die Weiblichkeit lockt und das Gehirn blockt. Von nun an übernimmt die Leistengegend die Regie und lenkt triebgesteuert die Marionette Mann. Dabei wird allzu oft Liebe mit Sex verwechselt⁶. Sicherlich ist obiges Verhalten nicht allein die Domain des Mannes. Zahlreiche Frauen ereifern sich in Strip-Shows, wo durchtrainierte Männer überschwänglich mit ihren sexuellen Attributen kokettieren, begleitet vom Gegröle, Jauchzen und lustvollem Gelächter begeisterter Voyeurinnen.

⁶ vgl. das Kapitel „Zuwendung“ zum Thema ‚Diskrepanz zwischen Liebe und Sex‘

Kein Unterschied zu Bars mit weiblichen Stripperinnen, wo sich Männer aufgeilen. Keine Menschengruppe verfällt so in Ekstase bei Popkonzerten wie eine weibliche. Ohnmachtsanfälle, Liebesbezeugungen und sofortige Bereitschaft zum Sex mit ihrem Idol zeugen von der gleichen emotionalen Unkontrollierbarkeit, wie bei Männern, die schwanzgesteuert jedem Rock nachlaufen.

Mag das ‚schwache‘ Geschlecht aus einer biologischen Bestimmung heraus Schutz und ausreichende Versorgung suchen, um sich in Ruhe der Nachkommenschaft widmen zu können, so traf das sicherlich früher zu, aber weniger in unserer modernen Zeit. Früher mussten Bären erlegt und mit Wölfen gekämpft werden, was neben Geschicklichkeit und Mut vor allem Kraft erforderte. Heute kämpft man mit Schreibtischlöwen, bedient Maschinen und die Menschen selbst sind die Wölfe. Der Schutzgedanke dürfte wohl nur noch im Unterbewusstsein eine Nebenrolle spielen.

Anders sieht es mit der finanziellen Absicherung aus. Diese steht nach wie vor auf Nummer eins der Hitliste aller Begehrlichkeiten. Eine Frau, die in gesicherte Verhältnisse eingehiratet hat und selbst keiner Erwerbstätigkeit nachgehen muss, hat mehr Zeit für sich, ihre Hobbys und ihre Liebhaber. Genau so die Hausfrau, die Tag für Tag an einer eintönigen Sisyphusarbeit abstumpft - auch sie sucht Abwechslung.

In Hunderten von Fällen habe ich in meinem Umfeld beobachten und miterleben können, wie dem Ehemann Hörner aufgesetzt wurden. Während er für den Unterhalt sorgte, versüßte sich die gelangweilte Ehefrau mit einem Lover die Stunden. Häufig entschuldigten Frauen ihren Seitensprung damit, dass der Gatte ja immer arbeiten müsse und nie Zeit für sie hätte, geschweige denn für seine ehelichen Pflichten.

Wer abends abgekämpft und gestresst aus dem Büro kommt hat zwangsläufig weniger Lust auf Sex oder Zärtlichkeiten. Man kann eben nicht beides haben, einen Partner mit Geld, der immer da ist, wenn man ihn braucht. Schön wäre es schon, doch so spielt das Leben nun mal nicht. Wer viel Geld verdient, ist gezwungen, sich intensiv um seinen Beruf zu kümmern. Die Zeit, die dann noch für das Privatleben bleibt, ist arg begrenzt. Mehr gegenseitiges Verständnis und Aussprachen würden sicherlich hilfreich sein.

Hinterlassenschaften solcher Beziehungen und zerrütteter Ehen sind durch ein psychisches Chaos charakterisiert, gespickt mit Eifersucht, Enttäuschung und Hass. Dabei fressen sich die negativen Gefühle dem ehemaligen Gefährten oder der ehemaligen Gefährtin gegenüber tief in die Seele und erzeugen psychosomatische Krankheiten.

Jegliches Bemühen um Schlichtung unterliegt nur noch den Prämissen: Egoismus, Macht und Geld. Nicht, dass dieses Verhalten neu wäre - Geld regierte schon immer die Welt. Nur glaubt man sich heute in einer globalisierten Gegenwart, aufgrund der Erfahrungen aufgeklärter, besonnener, sogar klüger.

Umso unverständlicher, wenn wahre Werte wie Zuneigung, Liebe und Menschenwürde mit Verachtung gestraft werden.

Umso unverständlicher, wenn sie durch zügellose Gier nach Materiellem verdrängt werden. Jede der oben genannten Personen, Männer wie Frauen, kümmert sich einen Dreck darum, wie es dem betrogenen und verlassenem Partner geht. Findet man sich aber selbst in der Position des Betrogenen wieder, bricht eine Welt zusammen. Schnell sucht man die Schuldigkeit beim Partner, wirft ihm Untreue vor, verteufelt dessen Ungerechtigkeit und beklagt sich über seine Rücksichtslosigkeit. Vergessen sind die eigenen Betrügereien. Was man sich zuvor selbstgefällig als Vorrecht einräumte, erscheint nun verwerflich, weil es sich der andere erlaubte. Auf einmal wird unrecht, was man sich selbst vorher zugestanden hatte und rechtens fand.

Unerwiderte Liebe, Zurückweisung und Angst vor Enttäuschungen veranlassen jeden Zweiten in Deutschland dazu, lieber Single zu bleiben. Was aber nicht heißt, dass Singles keine Beziehung eingehen. Im Gegenteil: Aus Angst vor zu enger Bindung und damit verbundenen Pflichten bevorzugen sie wechselnde intime Kontakte. Eine Verhaltensweise, die bei Jugendlichen noch vertretbar und verständlich ist, wo doch der eigene Weg erst zu definieren ist, Partner typisiert sowie eigene Kanten und Ecken geglättet werden müssen. Eine Sturm- und Drangzeit ist eben dazu da, sich die Hörner abzuwetzen.

Doch lebenslang dahin zu pubertieren ist selbstzerstörerisch und für jeden Partner verletzend. Wer als ewiger Tausendsassa und Stenz sein Leben einteilt, wird im fortgeschrittenen Alter einen ständig wachsenden Aufwand betreiben müssen, wenn er bei Eroberungsversuchen noch erfolgreich sein will. Wo in jugendlicher Kraft und Blüte allein die Jugend verführte, müssen nun im Alter andere Köder ausgelegt werden, um die Auserkorene in die Falle zu locken. Sehr begehrt sind Erfolg, finanzielle Freizügigkeit und sexuelle Ersatzattribute wie Sportwagen, Schmuck, Kleider, Pferde oder gar eine Jacht. Modern gestylt, sich mit faltenfreiem Gesicht jung glaubend und mit protzigen Prestigeobjekten versehen, begibt sich dann der Jäger auf die Pirsch, in der Hoffnung einen Schuss zu landen.

Um sein Ziel zu treffen, muss man schon einiges auf die Beine stellen, denn wer will schon einen reiferen Herrn als Liebhaber, der angeschnauft kommt wie ein alter verrosteter Fiat 500 mit platten Reifen aus den 60er Jahren, bei dem der Lack schon lange abgeblättert ist? Die Eigendarstellung als Verkaufsgespräch muss Jugend suggerieren, blendendes Aussehen und eine gefüllte Brieftasche. Ich habe schon Männer beobachtet, die aus diesem Grund ihre Brieftasche mit Papier prall füllten.

Zum gleichen Zweck verfallen Vertreter beider Geschlechter einem irrwitzigen Jugendwahn. Einheitlich verpackt und verschnürt werden Standardgesichter fabrikmäßig erschaffen.

Frauen entstehen, die wie geklonte Püppchen mit zu Schlitzen gerafften Augenpartien und ballonartigen Normbusen ausgestattet sind. Einstige Individuen verschmelzen zu einer homogenen Masse Mensch. Verstümmelt durch aufgeblasene Lippen und unterspritzte Wangen, die ein Lachen nur unter extremer Spannung ermöglichen, erscheinen Gesichter nach DIN-Norm, wie die schönen Äpfel im Laden, wo einer dem anderen gleicht, glatt, ohne Runzeln, eben eine fade Massenware.

Diese Maskenmenschen laufen einem Idealbild nach, das nur mit täglichem und ausgiebigem Training erzielt werden kann. Dem nicht genug, schon Jugendliche lassen operativ und mit Präparaten nachhelfen, um dem Schönheitsideal zu entsprechen, denn nur wer schön und sexy ist, hat Erfolg: die alte Leier. Frauen hungern sich auf Kindergröße herunter, zwingen sich in Jeans Größe 000 und finden sich schön dabei. Was hat das noch mit Natürlichkeit zu tun, mit Würde, Ehrlichkeit und Authentizität? Wo bleiben die Falten, die man sich redlich verdient hat und die zeigen, dass man lebt? Heutzutage ist alles, das nicht der modernen, ästhetischen Anschauung entspricht, in die Ecke verbannt und gilt als ‚krank‘. Krank macht es die Ausgeganzten tatsächlich, aus Verzweiflung darüber, nicht so zu sein, wie es die Trendjournale in Hochglanz vorgaukeln. Wer so denkt, hält diesem Druck nicht lange stand. Um en vogue zu sein, muss man selbst zum Fassadenmenschen mutieren, oberflächliche Werte übernehmen und sich im ständigen Konkurrenzkampf messen, bis man schließlich gänzlich am Schönheitsfieber erkrankt.

So ein Fieber will allerdings gepflegt werden, so ein Fieber kostet Geld. Eine kleine Schönheitsoperation hier und da, Besuche in Wellness-Hotels, Sonnen- und Fitnessstudios sowie eine angemessene Kleidung samt den dazugehörigen Accessoires wollen ja bezahlt

werden. Doch lukrative Jobs liegen nicht auf der Straße. Sie sind nur einer schmalen Gesellschaftsschicht vorbehalten, nämlich von Geburt an Reichen und denen mit Beziehungen. Um dennoch einen dieser begehrten Posten zu ergattern, ist eine rigorose Vorgehensweise obligatorisch.

Auf in den Kampf, die Ellenbogen gestärkt und die Zunge gespitzt. Das Gerangel um die besseren Futtertröge kann losgehen. Es beginnt schon in der Schule.

Nur wer das neueste Handy, Schuhe von X und Pullover von Y trägt, hat die Chance, sich zur In-Gruppe zählen zu dürfen, sich endlich die ersehnte Anerkennung erworben zu haben. Dieses Verhalten wird später an der Universität oder im Betrieb beibehalten und perfektioniert. Man spart nicht an Verbalattacken und übler Nachrede, was man zum Mobbing zählt. Eine Welt von Schauspielern und Trickbetrügern pflügt durch unsere Gefühlswelt ohne Rücksicht auf Verluste. Der Karriere-Geile merkt nicht, wie er sich selbst unaufhaltsam ins AUS drängt und seine Gesundheit gefährdet. Die erhoffte Anerkennung und Zuwendung wird ihm nur vorgetäuscht, denn geliebt wird er nicht. Eher hasst man ihn wegen seines berechnenden Kalküls und beneidet seinen Erfolg. Fehler darf er sich keine erlauben, unbarmherzig würde er fallen gelassen. Noch übler ergeht es dem Gemobbten, der oft unter ständigen Kopfschmerzen, Erbrechen, Übelkeit oder Magengeschwüren leidet. Er sieht oftmals keinen anderen Ausweg, als der Plage durch Selbstmord ein Ende zu setzen.

Auf dem 3. Welt-Suizidpräventionstag am 08. September 2005 wurde festgestellt, dass alle 47 Minuten in Deutschland ein Selbstmord begangen wird⁷. Im Jahr 2003 begingen 11.150 Personen Selbstmord, während vergleichsweise im selben Zeitraum 6.684 Menschen infolge eines Verkehrsunfalls ums Leben kamen. Auch wenn die Selbstmordrate seit den 70er Jahren rückläufig ist, so ist es dennoch erschreckend, wie viele Jugendliche und ältere Menschen von der Selbsttötung Gebrauch machen. Ob Schüler nach der Zeugnisvergabe, wenn sie den Erwartungen ihrer Eltern nicht gerecht werden konnten, oder junge Menschen aus Liebeskummer, aber auch ältere Menschen, die wegen Krankheit und Vereinsamung freiwillig aus dem Leben scheiden. Häufige Motive für den Suizid sind eine vermeintlich hoffnungslose Zukunftsaussicht, finanzielle Überschuldung, Ausgrenzung aus der Gesellschaft und mangelnde Zuwendung.

Die Angst den Anforderungen der Familie sowie der Gesellschaft nicht zu genügen, führt zu steigender Unzufriedenheit und damit zu immer mehr Kriminalität, häuslicher Gewalt, Missbrauch und Liebesentzug. Der Teufelskreis beginnt. Verdrängungstaktiken ufern aus, sodass der labile und unreife Mensch in seinem Partyrausch den Hedonismus als ethisches Ziel zu pflegen beginnt. Als Partymensch hat er sich dem oberflächlichen Materialismus verschrieben und pflegt Werte, die er wie ein goldenes Kalb umtanzt, ohne zu merken, wie überdrüssig er der Sache schon ist. Gelangweilt sucht er den ultimativen Kick, der nicht selten im Overkill endet. Aus und vorbei!

Geborgenheit, Vertrauen und Menschenliebe bleiben dabei auf der Strecke. Der oberflächlich und egoistisch denkende Mensch hat verlernt in der Einfachheit sein Glück zu finden, hat verlernt, mit Würde alt zu werden, hat verlernt, seinen Nächsten zu achten und zu respektieren, hat verlernt, in eine Gemeinschaft hineinzuwachsen. Er hat seine Seele dem Satan namens Mammon und einem eitlen Prestigedenken verkauft. Genuss aus Genussucht, aber nicht aus Liebe zum Objekt.

⁷ Prof. Dr. Armin Schmidtke von der Abteilung für Klinische Psychologie an der Uni Würzburg stellte auf der Tagung diese Statistik auf.

Wir haben in unserer schnelllebigen Zeit eine gesunde Genussfähigkeit verlernt und dabei übersehen, dass grenzenloses Genießen zu Schmerz und Krankheit führt. Genuss wird meist nur noch in der Befriedigung materieller Bedürfnisse gesehen.

Aus jedem einfachen Vergnügen wird eine Disziplin dogmatisiert. Anstatt einfach zu Wandern werden Nordic-Walking-Sticks benutzt, für den Dauerlauf benötigt man spezielle Jogging-Schuhe, zum Radfahren ein entsprechendes Radler-Outfit. Spezial-Schuhe, Spezial-Hemden, Spezial-Hosen, Spezial-Getränke, spezial, spezial, spezial, auf allen Ebenen Spezielles und Spezialisten für Spezielles. Ob in Freizeit, im Beruf oder im Haushalt, das Besondere macht's eben spezial: In der Kochkunst, in der man sich auf ständiger Suche nach extravaganter Kreationen befindet, um dem Gaumen einen neuen Kitzel zu kredenzen. Im Freizeitsport, bei dem der ultimative Kick gesucht wird, die Grenze zum Unmöglichen, zum allerletzten Kick. Wir haben jegliche Normalität zum Genießen verloren, der Boden ist unter uns abgesackt und wir rutschen unweigerlich hinterher.

Kicks, Thrills, Sensationen. Sicherlich keine Erfindung der Neuzeit, schon im Altertum frönte man der Dekadenz von Menschenspielen in Arenen, labte sich an ausschweifenden Gelagen und Sexspielchen mit Knaben. Heute jedoch scheint man dies perfektionieren zu wollen. Der Orgasmus vor dem Computer ist wichtiger als zärtliche Berührung. Und wenn man sich näher kommt, bleibt es bei einem One-Night-Stand oder man sucht Erfüllung im Ausleben perverser Fantasien.

Andererseits mutieren Schokolade, Kuchen, Schweinshaxe, Pommes und Eis zur Sünde. *Ich habe am Wochenende gesündigt* heißt es. Was für eine verdrehte Welt - es wird zur Sünde erklärt, was wahrlich keine ist.

Wo das Wort Sünde fällt, ist der Ablass nicht fern. Für jede kulinarische ‚Sünde‘ hält die Industrie eine Fülle an Gewissenserleichterungen bereit. Light-Produkte, Cholesterin-Senker, Fett-Burner, Appetitzügler, Laxantien und tonnenweise Entschlackungspillen, Tees, Schlankheitspulver, Fitness-Shakes und Eiweiß-Präparate. So kommt man fast jeder Sünde bei, nur der eigentlichen nicht: unserer Unvernunft.

Wir sollten lieber lernen, wieder zu genießen und uns um eine Rehabilitierung einer normalen Lebensweise bemühen. Lust statt Frust, Genuss statt Begierde, Gesundheit statt Gebrechen, Liebe statt Triebe. So hat man die Chance, gesund und mit Würde alt zu werden. Wäre das nicht erstrebenswert?