

Du schaffst es!
Strategische Impulse gegen die Angst

*Ein Impulsseminar
mit
Arnold Metznitz*

Der Mensch ist ein Füllewesen

Zugehörigkeits- & Wachstumserfahrung macht der Mensch bereits im Mutterleib: Jeder Mensch kommt auf die Welt und bringt in diese seine Welt bereits alles mit, was später einmal aus ihm werden wird.

Der beste Lehrmeister des Lebens sind deshalb die Kinder. Gerade in ihrer Unbekümmertheit sind sie kreativ und schöpferisch wie nie sonst und wie später im Leben nie wieder. Kinder begeistern sich restlos 30 bis 50 Mal am Tag, stellen 300 Fragen und lachen bis zu 400 Mal. Je älter sie werden, umso mehr verschwindet diese Begeisterung, das Lachen und die schöpferische Qualität.

1. Der beste Lehrmeister des Menschen ist der andere Mensch

Kooperation ist ein Grundbedürfnis des Menschen. Die Hirnforschung zeigt, dass der Mensch nach nichts so sehr Sehnsucht hat wie danach, von anderen gesehen, bemerkt, wertgeschätzt und geliebt zu werden. Wir tragen die Sehnsucht nach dem anderen Menschen in unseren Genen, wir haben sie im besten Sinn des Wortes im Blut. Und darum sind wir auch durch nichts so sehr zu treffen wie dadurch, übergangen, übersehen und links liegen gelassen zu werden.

Hildegard von Bingen sagt:

„Wir müssen auf unsere Seele hören, wenn wir gesund werden wollen. Letztendlich sind wir hier, weil es kein Entrinnen vor uns selbst gibt. Solange der Mensch sich nicht selbst in den Augen und im Herzen seiner Mitmenschen begegnet, ist er auf der Flucht. Solange er nicht zulässt, dass seine Mitmenschen an seinem Innersten teilhaben, gibt es keine Geborgenheit. Solange er sich fürchtet durchschaut zu werden, kann er weder sich selbst noch andere erkennen. Er wird allein sein.“

Hildegard von Bingen (1098 † 1179)*

Wir brauchen Ermutiger, Inspiratoren, Motivatoren, Begeisterer ... Menschen, deren oberste Kompetenz und Fähigkeit darin besteht, ansteckend & einladend zu wirken, Begeisterung an andere Menschen weiterzugeben, wie z.B. Sokrates in Athen oder Mister John Keating:

In Peter Weir's Film „Der Club der toten Dichter“ (1989) ruft der Schulleiter zu Beginn die 4 Grundprinzipien seiner Eliteschule in Erinnerung: „Tradition, Ehre, Disziplin, Leistung“. Mit Mister John Keating ist ein neuer Lehrer in die Schule gekommen, der diese Werte zwar nicht beseitigt, wohl aber relativiert. Von ihm werden seine Schüler später sagen: „Er hat uns Mut gemacht, an uns selbst zu glauben und auf die Suche zu gehen nach unserem inneren Vermögen, nach unseren persönlichen Begabungen. Er hat uns bewusst gemacht, dass jeder von uns außerordentlich, einzigartig und unverwechselbar ist!“

Mit großer persönlicher Ausstrahlung und neuen Lehrmethoden, mit Humor und Menschlichkeit bringt Keating die gesamte Schule und ihre starren Traditionen völlig durcheinander. Er kämpft für Poesie, Liebe und Phantasie, die das Leben lebenswert machen und lehrt so seine Schüler,

Persönlichkeit & Selbstbewusstsein zu entwickeln, sich selbst treu zu bleiben.

Wir brauchen ein Miteinander, das Schülerinnen und Schülern, sowie Lehrerinnen und Lehrern Appetit macht auf ein möglichst angstfrei-kreatives Miteinander, in dem Neugier und Phantasie wichtiger bleiben als Lehrplan & Buchwissen.

„Carpe diem! Nutze den Tag! Mach etwas Außergewöhnliches aus Deinem Leben!“ „Pflückt Rosenknospen so lange es geht, die Zeit sehr schnell euch enteilt. Dieselbe Blume, die heute noch steht, ist morgen dem Tode geweiht!“ ist der wichtigste Leitsatz des Englischlehrers John Keating, gespielt von Oscar-Preisträger Robin Williams.

Das sind die Stichwörter, um die es im Leben eines Menschen geht: Es geht um Motivation, Inspiration und Begeisterung, es geht darum, dass ein junger Mensch irgendetwas findet, von dem er sagen kann: „Das ist es, was ich will!“ „Dafür bin ich auf die Welt gekommen!“ „Das ist meins!“ „Dafür sterbe ich!“

2. MUT kommt aus ERMUTIGUNG, aus einem unbedingten JA

2.1. Grundvoraussetzung dafür ist Liebe und Akzeptanz

Damit Lehrerinnen & Lehrer gut sind, dürfen sie keine Angst verbreiten, sie müssen Freude bereiten, sie werden so vom Ermutigten zum Ermutiger, vom Entdecker zum Gestalter, vom Organisator zum Motivator, der andere Menschen inspiriert. Das allerdings ist nur möglich, wenn es gelingt, irgendetwas an anderen Menschen zu „mögen“. Nur wer Menschen mag, wird sie auch ermutigen können. Also müssten LehrerInnen an ihren SchülerInnen etwas finden, das sie mögen

könnten. Und es kommt noch besser: Da meistens gerade diejenigen Ermutigung brauchen, die LehrerInnen am wenigsten mögen, müssten sie vor allem diejenigen mögen, die sie überhaupt nicht leiden können. Damit fängt jede Lernprozess bei der Lehrerpersönlichkeit an, bei seiner Fähigkeit, sich in den anderen Menschen hineinversetzen und dort etwas finden zu können, was er mögen kann.

In der Wirtschaft nennt er so einen Menschen einen „supportiv leader“ und versteht darunter einen, der einem anderen Menschen hilft, wieder in die Kraft zu kommen und seine Potentiale zu entfalten.

Was er dazu können muss, ist nicht die Verliebtheit ins Fachgebiet, sondern die Verliebtheit darin, Begeisterung an einen anderen Menschen weiterzugeben. Das funktioniert, weil trotz ihrer Verschiedenheit alle Menschen in sich die tiefe Sehnsucht nach Zugehörigkeit und Anerkennung in sich tragen. Dazu braucht er also keine neue Haltung zu entwickeln, sondern er braucht dem anderen Menschen „nur“ Gelegenheit geben, die alte Haltung wiederzufinden, die er als sechs Monate altes Baby oder als dreijähriges Kind schon hatte.

2.2. Imitation als erster Lernschritt

Voraussetzung dafür ist eine Atmosphäre der Offenheit und Neugier, des Angenommenseins, der Liebe. Wenn ich mich von jemandem geliebt weiß, dann vertraue ich ihm, dann fühl ich mich wohl, dann schau ich ihm zu, dann ahme ich ihn nach, dann will ich sein, wie er/sie.

„Liebe als die Kunst, Raum zu schaffen, damit der andere der sein sein, der er ist“ (Jorge Bucay)

2.3. Aaron Antonovsky (1923 – 1994) hat sich gefragt, warum zwei Menschen, die dem gleichen Stress ausgeliefert sind und dieselben Ressourcen zur Verfügung haben, dennoch so grundsätzlich verschieden reagieren können.

Er hat sich nicht gefragt, warum ein Mensch entmutigt und in der Folge krank wird, es haben ihn nicht die „patho-genetischen“ Ursachen interessiert, sondern die „saluto-genetischen“, warum also ein Mensch trotz widriger Umstände gesund bleiben kann! Es ging ihm also um die Frage, warum es bei vergleichbaren Umständen

dem einen gut geht, dem anderen schlecht; warum der eine vor Angst vergeht, während der andere „Trotzdem JA zum Leben sagen“^(Frankl) kann.

Antonovsky sieht den Grund dafür in drei Prinzipien, die er die „salutogenetischen Prinzipien“ nennt:

Ein Mensch wird sich dort, wo er lebt, umso besser oder schlechter fühlen,

- 1. je mehr oder weniger er die Spielregeln durchschaut, je mehr oder weniger er verstehen kann, was um ihn herum vor sich geht.**
- 2. je mehr oder weniger er sich von „Fachidioten“ als „nützlicher Idiot“ missbraucht fühlt, je mehr oder weniger er selbst gefragt ist und sein Umfeld inhaltlich mitgestalten darf.**
- 3. je mehr oder weniger er in dem, was von ihm verlangt wird, einen Sinn erkennen kann.**

Wenn diese drei Prinzipien einigermaßen gelebt werden können, dann wird es Menschen gut gehen, sie werden sich beheimatet fühlen in

einem größeren Ganzen. Und sie können mit dem, was sie tun, ihrem Leben Sinn geben.

3. Ansprache zum Schulbeginn¹

Liebe Kinder, da sitzt ihr nun, alphabetisch oder nach der Größe sortiert, zum ersten Mal auf diesen harten Bänken. Ihr erinnert mich an braune und blonde, zum Dörren aufgefädelte Steinpilze, statt an Glückspilze, wie sich´s eigentlich gehörte. Manche von euch rutschen unruhig hin und her, als säßen sie auf Herdplatten. Und ihr starrt mit Gänsehaut im Blick auf die schwarze Wandtafel, als würdet ihr in eine sehr düstere Zukunft blicken.

... Eure Stunde X hat geschlagen. Die Familie gibt euch zögernd her und weiht euch dem Staate. Das Leben nach der Uhr beginnt, und es wird erst mit dem Leben selbst aufhören. Das aus Ziffern und Paragraphen, Rangordnung und Stundenplan eng und enger sich spinnende Netz umgarnt nun auch euch. Seit ihr hier sitzt, gehört ihr zu einer bestimmten Klasse. Noch dazu zur untersten. Der Klassenkampf und die Jahre der Prüfungen stehen bevor. Früchtchen seid ihr, und Spalierobst müsst ihr werden! Aufgeweckt wart ihr bis heute, und einwecken wird man euch ab morgen! So, wie man´s mit uns getan hat. Vom Baum des Lebens in die Konservenfabrik der Zivilisation, - das ist der Weg, der vor euch liegt. Kein Wunder, dass eure Verlegenheit größer ist als eure Neugierde.

Lasst euch die Kindheit nicht austreiben!

Schaut, die meisten Menschen legen ihre Kindheit ab wie einen alten Hut. Sie vergessen sie wie eine Telefonnummer, die nicht mehr gilt. Ihr

1 (Kästner, 2004, S. 194-198)

Leben kommt ihnen vor wie eine Dauerwurst, die sie allmählich aufessen, und was gegessen worden ist, existiert nicht mehr.

Man nötigt euch in der Schule eifrig von der Unter- über die Mittel- zur Oberstufe. Wenn ihr schließlich droben steht und balanciert, sägt man die „überflüssig“ gewordenen Stufen hinter euch ab, und nun könnt ihr nicht mehr zurück! Aber müsste man nicht in seinem Leben wie in einem Hause treppauf und treppab gehen können? Was soll die schönste erste Etage ohne den Keller mit den duftenden Obstborten und ohne das Erdgeschoß mit der knarrenden Haustür und der scheppernden Klingel? Nun - die meisten leben so! Sie stehen auf der obersten Stufe, ohne Treppe und ohne Haus, und machen sich wichtig.

Früher waren sie Kinder, dann wurden sie Erwachsene, aber was sind sie nun? Nur wer erwachsen wird und Kind bleibt, ist ein Mensch!

Wer weiß, ob ihr mich verstanden habt. Die einfachen Dinge sind so schwer begreiflich zu machen! Also gut, nehmen wir etwas Schwierigeres, womöglich begreift es sich leichter. Zum Beispiel:

Haltet das Katheder weder für einen Thron noch für eine Kanzel!

Der Lehrer sitzt nicht etwa deshalb höher, damit ihr ihn anbetet, sondern damit ihr einander besser sehen könnt. Der Lehrer ist kein Schulweibel und kein lieber Gott. Er weiß nicht alles, und er kann nicht alles wissen. Wenn er trotzdem allwissend tut, so seht es ihm nach, aber glaubt es ihm nicht! Gibt er hingegen zu, dass er nicht alles weiß, dann liebt ihn! Denn dann verdient er eure Liebe. Und da er im Übrigen nicht eben viel verdient, wird er sich über eure Zuneigung von Herzen freuen.

Und noch eins: Der Lehrer ist kein Zauberkünstler, sondern ein Gärtner. Er kann und wird euch hegen und pflegen. Wachsen müsst ihr selber!

Nehmt auf diejenigen Rücksicht, die auf euch Rücksicht nehmen!

Das klingt selbstverständlicher, als es ist. Und zuweilen ist es furchtbar schwer. In meine Klasse ging ein Junge, dessen Vater ein Fischgeschäft hatte. Der arme Kerl, Breuer hieß er, stank so sehr nach Fisch, dass uns anderen schon übel wurde, wenn er um die Ecke bog. Der Fischgeruch hing in seinen Haaren und Kleidern, da half kein Waschen und Bürsten. Alles rückte von ihm weg. Es war nicht seine Schuld. Aber er saß, gehänselt und gemieden, ganz für sich allein, als habe er die Beulenpest. Er schämte sich in Grund und Boden, doch auch das half nichts. Noch heute, fünfundvierzig Jahre danach, wird mir flau, wenn ich den Namen Breuer höre. So schwer ist es manchmal, Rücksicht zu nehmen. Und es gelingt nicht immer. Doch man muss es stets von neuem versuchen.

Seid nicht zu fleißig!

Bei diesem Ratschlag müssen die Faulen weghören. Er gilt nur für die Fleißigen, aber für sie ist er sehr wichtig. Das Leben besteht nicht nur aus Schularbeiten. Der Mensch soll lernen, nur die Ochsen büffeln. Ich spreche aus Erfahrung. Ich war als kleiner Junge auf dem besten Wege, ein Ochs zu werden. Dass ich´s, trotz aller Bemühung, nicht geworden bin, wundert mich heute noch. Der Kopf ist nicht der einzige Körperteil. Wer das Gegenteil behauptet, lügt. Und wer die Lüge glaubt, wird, nachdem er alle Prüfungen mit Hochglanz bestanden hat, nicht sehr schön aussehen. Man muss nämlich auch springen, turnen, tanzen und singen können, sonst ist man, mit seinem Wasserkopf voller Wissen, ein Krüppel und nichts weiter.

Lacht die Dummen nicht aus!

Sie sind nicht aus freien Stücken dumm und auch nicht zu eurem Vergnügen. Und prügelt keinen, der kleiner und schwächer ist als ihr! Wem das ohne nähere Erklärung nicht einleuchtet, mit dem möchte ich nichts zu tun haben. Nur ein wenig warnen will ich ihn. Niemand ist so gescheit oder so stark, dass es nicht noch Gescheitere und Stärkere als ihn gäbe. Er mag sich hüten. Auch er ist, vergleichsweise, schwach und ein rechter Dummkopf.

Misstraut gelegentlich euren Schulbüchern!

Sie sind nicht auf dem Berge Sinai entstanden, meistens nicht einmal auf verständige Art und Weise, sondern aus alten Schulbüchern, die aus alten Schulbüchern entstanden sind, die aus alten Schulbüchern entstanden sind, die aus alten Schulbüchern entstanden sind.

Man nennt das Tradition. Aber es ist etwas ganz anderes.

... Die Zinseszinsrechnung braucht ihr auch nicht mehr lernen, obwohl sie noch auf dem Stundenplan steht. Als ich ein kleiner Junge war, mussten wir ausrechnen, wie viel Geld im Jahre 1925 aus einem Taler geworden sein würde, den einer unserer Ahnen Anno 1525, unter der Regierung Johannis des Beständigen, zur Sparkasse gebracht hätte. Es war eine sehr komplizierte Rechnerei. Aber sie lohnte sich. Aus dem Taler, bewies man uns, entstünde durch Zinsen und Zinseszinsen das größte Vermögen der Welt! Doch dann kam die Inflation, und im Jahre 1925 war das größte Vermögen der Welt samt der ganzen Sparkasse keinen Taler mehr wert. Aber die Zinsenzinsrechnung lebte in den Rechenbüchern munter weiter. Dann kam die Währungsreform, und mit dem Sparen und der Sparkasse war es wieder Essig. Die Rechenbücher haben es wieder nicht gemerkt. ...

Geht heim, liebe Kinder! Wenn ihr etwas nicht verstanden haben solltet, fragt eure Eltern! Und, liebe Eltern, wenn Sie etwas nicht verstanden haben solltet, fragen Sie Ihre Kinder!

Dieser Artikel erschien Anfang 1950 in der „Münchener Illustrierten“.

Kästner, E. (2004). *Werke Band II Wir sind so frei. Chansons, Kabarett, Kleine Prosa*. München: Deutscher Taschenbuch Verlag.

4. Grundformen der Angst

Es gibt Gründe für unsere Angst, die mit den engsten und intensivsten Erfahrungen unserer ersten Lebensjahre in direktem Zusammenhang stehen: Dabei handelt es sich - mit Erich Fried gesprochen – um eine ANGST, die als „Meine Angst“ so groß geworden ist, „dass sie vor nichts mehr Angst hat“.

Meine Angst

ist so groß geworden

dass alles Angst hat vor ihr

In Wirklichkeit ist meine Angst

klein geblieben

und kleinlich

Auch mich macht sie klein

und kleiner

Nur dadurch kommt sie mir groß vor

Erich Fried, Gesammelte Werke, Gedichte, Verlag Klaus Wagenbach, Berlin 1998, Seite 344

In seinem Werk „Grundformen der Angst“ hat Fritz Riemann

(Grundformen der Angst, Ernst Reinhard Verlag München Basel, 34. Auflage 2002)

gezeigt, dass langanhaltende frühkindliche Belastungssituationen

Angstmuster herausbilden, denen ein erwachsener Mensch immer

wieder ausgesetzt sein wird. Je früher die Belastung, desto prägender auch die spätere Angstreaktion.

4.1. Die Angst vor Nähe

Wer als Kind kurz nach seiner Geburt aus welchem Grund auch immer auf die Mutter als Bezugsperson über einen längeren Zeitraum verzichten und in der Folge mit wenig Berührung und Zärtlichkeit auskommen musste, wird im Erwachsenenalter sein grundlegendes Problem verständlicherweise wohl darin haben, einem anderen Menschen zärtlich und liebevoll zu begegnen. Zu früh musste er es lernen, sich nur auf sich selbst zu verlassen und für sich selbst zu sorgen. Seine Angst vor Hingabe ist kein moralisches Defizit, sondern eine seelische Verletzung, die immer wieder zu bluten beginnen kann. Darum streben solche Menschen vor allem danach, auf niemanden angewiesen und niemandem verpflichtet zu sein, so unabhängig und autark wie möglich zu werden. Ihre Grundhaltung ist die Distanz. Wird diese Distanz überschritten, empfinden sie das als Bedrohung ihres Lebensraumes und wehren sich - aus Angst - schroff dagegen.

4.2. Die Angst vor Verlust

Wenn ein Kind nach geglückten ersten Monaten schwere

Beeinträchtigungen in seinem familiären Umfeld durchzustehen hatte, wird es so in seiner Unbekümmertheit erschüttert worden sein und daran im Erwachsenenalter immer wieder verschlüsselt erinnert werden. Deshalb wird es - wie damals - ängstlich Menschen suchen, die ihm Halt und Sicherheit geben bis hin zum Streben danach, die trennende Distanz zwischen sich und den anderen Menschen soweit wie möglich aufzuheben. Je heftiger, umso mehr erlebt dann dieser Erwachsene jede Trennung von einem Partner als Angst. Alleingelassen- und Verlassenwerden bedeuten ihm das Schlimmste, weil er mehr als andere auf einen Partner angewiesen ist.

4.3. Die Angst vor Veränderung

Die dritte Grundform der Angst ist die Angst vor Veränderung und Vergänglichkeit. Sie hat ihren Ursprung wohl in belastenden Lebenssituationen im sogenannten magischen Alter des Kindes. In gesunder Entwicklung explodiert in diesem Alter zwischen dem dritten und vierten Lebensjahr die Phantasie, gepaart mit Ängsten vor Gespenstern, Drachen und Hexen. Wenn ein Kind mit solchen Erlebnissen allein gelassen wird, ist die daraus resultierende ängstliche Neigung gut nachvollziehbar, auch im Erwachsenenalter alles beim Alten zu belassen und Änderungen jeder Art eher zu vermeiden, denn gerade diese Änderungen beunruhigen und machen Angst, der man ausweichen will. Die Folge ist ein zwanghaftes Verhalten, mit dem versucht wird, das Leben in Schemata und Regeln zu zwingen.

4.4. Die Angst vor Einschränkung

Wer als Kind nie etwas fertigmachen musste und in seiner Freiheit nie

Grenzen erfahren hat, wird auch als erwachsener Mensch ausgesprochen nach Freiheit und Veränderbarkeit seiner Lebenssituation streben. D.h.: Nichts ist letztlich verbindlich und verpflichtend, nichts hat Anspruch auf ewige Gültigkeit. Dementsprechend fürchtet er jede Einschränkung, Traditionen und festgelegte Gesetzmäßigkeiten. Seine Angst ist die Angst vor dem Endgültigen, dem Unausweichlichen, vor der Begrenzung des Freiheitsdranges. Pünktlichkeit, Zeitplanung und Zeiteinteilung werden als lästig, pedantisch und kleinlich empfunden.

So tragen wir allen unsere diesbezüglichen frühkindlichen Erfahrungen und die dadurch in uns eingprägten Muster durch unser Leben. Wobei die Natur täglich mit Überraschungen aufzuwarten vermag. Im Blick auf extreme Belastungen in Kindheit und Jugend zeigt sie uns, wie die einen daran wachsen und reifen, die anderen davon schwer gezeichnet durchs weitere Leben gehen.

5. PAN, der griechische Hirtengott

Pan heißt wörtlich „alles“ oder „das Ganze“. Dieser Hirtengott Pan ist ein Vierbeiner. Er hat, so erzählt der alte Mythos, eine glänzende Oberseite, die herrlich anzusehen ist.

Seine normalerweise unsichtbare Unterseite aber ist erschreckend hässlich. Die Menschen sehen im Allgemeinen nur seine geordnete und schöne Oberseite. Manchmal aber richtet Pan sich auf und zeigt auch seine andere, die dunkle und hässliche Seite.

Die Menschen geraten in „Panik“, reagieren „panisch“, wenn sie unvermutet mit der anderen Seite der Wahrheit konfrontiert werden. Platon interpretierte diesen Mythos so, dass er sagte, man solle den

Menschen normalerweise auch nicht die ganze Wahrheit zumuten. Die halbe Wahrheit, die Idee, die schöne Seite der Wahrheit, sei besser verträglich. Deshalb solle man den Menschen die Wahrheit sagen, die sie gerne hören wollen, um nicht unnötig Schwierigkeiten zu machen. Wer sich aber selbst kennen lernen möchte, wer die Welt zumindest in Ansätzen „verstehen“ möchte, muss bereit sein, „das Ganze“ in den Blick zu nehmen.

Der Mythos des griechischen Hirtengottes Pan zeigt, worum es im Leben geht, nämlich um ALLES und nicht nur um einen Teil, der mir gerade passt. Bildung heißt, mir ein Bild von der Wirklichkeit zu machen und mir nicht einzubilden, alles zu wissen.

Bildung heißt, so betrachtet, zu wissen, dass ich nie alles wissen kann, dass ich im Blick aufs Ganze weiß, dass ich nichts weiß!

Viele aber, sagt Sokrates, wüssten nicht einmal das!

Vom Mann aus Nazareth wird in einer außerbiblischen Geschichte erzählt: Er wäre mit seinen Jüngern über die Kornfelder gegangen und dabei am Wegrand auf einen verwesenden Hundekadaver gestoßen. Voll Ekel hätten sich die Jünger abgewendet, Jesus aber sei niedergekniet, hätte seine Begleiter herbei gerufen und zu ihnen gesagt: „Seht doch, welch schöne weiße Zähne dieses Tier hat!“

Durch diese kleine Geschichte, die vielleicht aus dem 4. Jahrhundert stammt, ist die „ganzheitliche Dimension“ auch aller Pädagogik gut auf den Punkt gebracht: Unerschrocken auf das schauen, was sich zeigt! ALLES wissen wollen und nicht eklektisch sich die Rosinen der „Besserwisserei“ aus dem Kuchen picken.

MUTIG SEIN heißt in diesem Zusammenhang, sich nicht nur nicht zu fürchten, sondern sich nicht nur mit der schönen Oberfläche einer Sache abzugeben, sondern um das Ganze wissen zu wollen.

MUTIG SEIN heißt, sich gut zu kennen, sich besser kennenzulernen und jeden Tag neu damit zu beginnen: „Immer ist Anfang“
heißt es dazu in einem Gedicht von Franz Theodor Csokor!
Und Ferdinand Raimund lässt seinen Alpenkönig zum Menschenfeind sagen: „Du begehst die größte Sünde! Du kennst dich selbst nicht!“

5.1. MENSCHEN MIT LEBENSMUT

Vielleicht ist es gar nicht wahr, sondern nur gut erfunden, was man sich von Jean Paul Sartre erzählt. Er hätte mit „Auszeichnung“ maturiert u.a. deshalb, weil er seinen Aufsatz zum Thema „Was ist Mut?“ auf drei Worte zu reduzieren vermochte: Er schrieb auf ein weißes Blatt „Das ist Mut!“ und gab es ab.

5.2. Heinrich Staudinger

fasst seine Unternehmensphilosophie in drei Punkten zusammen:

- 1. Fürchte dich nicht!*
- 2. Sei klug!*
- 3. Liebe die Menschen!*

6. MUT IN DER LITERATUR

Ausweichen

*Ich weiß
dass ich oft oder meistens
ausweichen will*

*Ich weiß auch
dass das verständlich ist
denn ich will leben
Aber ich weiß nicht mehr
ob man leben bleibt
wenn man ausweicht*

Erich Fried, Gesammelte Werke, Gedichte 3, Verlag Klaus Wagenbach, Berlin 1998, Seite 356

Was Keiner wagt Songtext (Konstantin Wecker)

*Was keiner wagt, das sollt ihr wagen
Was keiner sagt, das sagt heraus
Was keiner denkt, das wagt zu denken
Was keiner anfängt, das führt aus*

*Wenn keiner ja sagt, sollt ihr's sagen
Wenn keiner nein sagt, sagt doch nein
Wenn alle zweifeln, wagt zu glauben
Wenn alle mittun, steht allein*

*Wo alle loben, habt Bedenken
Wo alle spotten, spottet nicht
Wo alle geizen, wagt zu schenken
Wo alles dunkel ist, macht Licht*

DIE KINDER WAREN ALLEIN

Ihre Mutter war am frühen Morgen aus dem Haus gegangen und hatte die Kinder der Obhut Marinas überlassen, einem Mädchen von achtzehn Jahren, das manchmal gegen ein kleines Entgelt für ein paar Stunden auf sie aufpasste.

Seit der Vater gestorben war, konnte die Mutter es sich nicht mehr erlauben, ihren Arbeitsplatz aufs Spiel zu setzen, wenn sie jedes Mal fehlte, weil die Großmutter krank war oder nicht in der Stadt.

Als ihr Freund anrief, um sie zu einer Spritztour in seinem Auto einzuladen, überlegte Marina nicht lang. Die Kinder schliefen ja, wie jeden Nachmittag, und würden nicht vor fünf Uhr aufwachen.

Kaum hatte sie die Hupe gehört, schnappte sie sich ihre Handtasche und legte den Hörer neben das Telefon. Sicherheitshalber schloss sie die Tür vom Kinderzimmer ab und steckte den Schlüssel ein. Pancho könnte hinfallen und sich weh tun, wenn er aufwachte und die Treppe hinunterlief, um nach ihr zu suchen, er war ja erst sechs. Und wie sollte Marina seiner Mutter erklären, dass Pancho sie nirgends gefunden hatte?

Vielleicht war es ein Kurzschluss im laufenden Fernsehgerät oder in einer der Wohnzimmerlampen gewesen, vielleicht aber auch ein Funke aus dem Kaminfeuer. Jedenfalls, als die Gardinen Feuer gefangen hatten, erreichten die Flammen auch bald die Holzterrasse, die hinauf zu den Schlafzimmern führte.

Der Rauch drang unter der Tür ins Kinderzimmer, und vom Husten des Babys wurde Pancho wach. Ohne lange zu überlegen, sprang er aus dem Bett und rüttelte an der Klinke, um die Tür zu öffnen, doch es gelang ihm nicht.

Hätte er es geschafft, wären er und sein kleines, erst wenige Monate altes Brüderchen innerhalb kürzester Zeit Opfer der Flammen geworden.

Pancho schrie und rief nach Marina, aber sein Hilferuf blieb unbeantwortet. Also rennt er zum Telefon, das sich im Raum befand, er wusste, wie man die Nummer seiner Mutter wählt, aber es gab keine Verbindung.

Pancho wusste, dass er sein Brüderchen von hier wegschaffen musste. Er versuchte das Fenster zu öffnen, das auf den Außensims führte, aber mit seinen kleinen Händen schaffte er es nicht, den Sicherheitsriegel beiseite zu schieben, und selbst wenn es ihm gelungen wäre, hätte er noch das Drahtgitter aufstoßen müssen, das seine Eltern zum Schutz angebracht hatten.

Als die Feuerwehrleute den Brand gelöscht hatten, gab es nur noch ein Gesprächsthema:

Wie war es diesem Kind gelungen, das Fenster einzuschlagen und dann auch noch das Gitter aufzustößeln? Wie hatte der Junge es geschafft, das Baby in den Rucksack zu bekommen? Wie hatte er es geschafft, mit einem solchen Gewicht auf dem Rücken auf dem Sims zu balancieren und über den Baum nach unten zu klettern? Wie hatte er es geschafft, sein eigenes Leben und das seines Brüderchens zu retten?

Der alte Feuerwehrhauptmann, ein kluger, angesehener Mensch, gab ihnen zur Antwort:

„Panchito war allein... Es gab also niemanden, der ihm hätte sagen können, das schaffst du nicht.“

Jorge Bucay, Geschichten zum Nachdenken, Ammann Verlag, Zürich 2006, Seiten 65-67

Neuer Mensch

Wenn die Kirche im Dorf gelassen ist, wenn einer in die Grube gefallen ist, die er einem anderen grub, wenn sich das Sprichwörtliche erfüllt und alle Voraussagen über Mondwechsel und Sonnengang wieder einmal recht behalten haben – mit einem Wort, wenn die Rechnung vorläufig aufgeht und alles, was im All fliegen soll, fliegt, dann muss er den Kopf schütteln und

denken, in welcher Zeit er lebt.

Er ist, wie alle, nicht gut vorbereitet; er weiß nur den geringsten Teil und jeder weiß ja nur einen allergeringsten Teil von dem, was vorgeht.

Er weiß zufällig, dass es Roboter gibt, die sich nicht irren, und er kennt einen Straßenbahnführer, der sich schon einmal geirrt hat mit der Abfahrtszeit und dem Vorfahrtsrecht. Vielleicht irren sich die Sterne und Kometen, wenn zuviel dazwischenkommt, aus Zerstreuung und Müdigkeit und weil sie abgelenkt werden vom alten poetischen Vortrag ihres Lichts.

Er möchte nicht oben sein, aber es ist ihm recht, dass es oben weitergeht, weil oben auch unten ist, also dass es rundherum weitergeht, denn aufzuhalten ist es nicht. Niemand hält es auf. Man hält die Gedanken nicht auf und kein Werkzeug zu ihrer Verlängerung. Es ist auch gleich, ob man links oder rechts durch den Raum fliegt, da alles schon fliegt, die Erde etwa, und wenn noch Flug im Flug ist, umso besser, dass es fliegt und sich dreht, damit man weiß, wie sehr es sich dreht und dass nirgends ein Halt ist, nicht im gestirnten Himmel über dir ...

Aber in dir drinnen, wo du kaum aufkommst und nicht sehr mitfliegst, wo zwar auch kein Halt ist, aber ein gestockter, zäher Brei von alten Fragen, die nichts mit Fliegen zu tun haben und Abschussbasen, wo du das Steuer nur ruckweise und kaum spürbar drehen kannst, wo die Moral von der ganzen Geschichte gemacht wird, weil in ihr selbst keine ist, wo du die Moral von der Moral suchst und die Rechnung nicht aufgeht

Wo einer eine Grube gräbt und selbst hineinfällt, wo du klebst und dich windest und noch immer klebst und nicht weiter kannst

Weil dir dort kein Licht aufgeht (und was hilft's dir dann, alles zu wissen über die Lichtgeschwindigkeit?), weil dir kein Licht aufgeht über die Welt und dich und die ganzen Leben und Unleben und Tode

Weil hier nur Marter ist, weil du in der Gaunersprache das rechte Wort nicht findest und die Welt nicht löst

Nur die Gleichung löst du, die die Welt auch ist

Die Welt ist auch eine Gleichung, die löst sich, und dann ist Gold gleich Gold und Dreck gleich Dreck

Aber nichts ist dem gleich in dir und nichts gleich der Welt in dir

Wenn du das aufgeben könntest, austreten könntest aus deiner gewohnten Beklemmung über das Gute und das Böse und in dem Brei alter Fragen nicht weiterrührtest, wenn du den Mut hättest, einzutreten in den Fortschritt

Nicht nur in den vom Gaslicht zur Elektrizität, vom Ballon zur Rakete (die subalterne Verbesserung)

Wenn du den Menschen aufgäbst, den alten, und einen neuen annähmst, dann

Dann, wenn die Welt nicht mehr weiterginge zwischen Mann und Frau, so wie jetzt, zwischen Wahrheit und Lüge, wie Wahrheit jetzt und Lüge jetzt,

Wenn das alles zum Teufel ginge

Wenn du die Rechnung, auf die du Wert legst, neu aufstelltest und ihr Rechnung trügst
Wenn du ein Flieger wärst und, ohne zu deuteln, deine Bögen flögst, wenn du nur Nachricht gäbst, Bericht, nicht mehr die Geschichte von alledem zusammen, von dir und noch einem und einem Dritten

Dann, wenn du heil wärst und nicht mehr verwundet, gekränkt, süchtig nach Reinheit und Rache

Wenn du keine Märchen mehr glaubtest und dich nicht mehr fürchtest im Dunkeln

Wenn du nicht mehr wagen müsstest und verlieren oder gewinnen, sondern machtest

Machst, den Handgriff in der größeren Ordnung, denkst in der Ordnung, wenn du in der Ordnung wärst, in der Rechnung, aufgingst in der hellen Ordnung

Dann, wenn du nicht mehr meinst, dass es besser gehen müsse „im Rahmen des Gegebenen“, dass die Reichen nicht mehr reich und die Armen nicht mehr arm sein dürften, die Unschuldigen nicht mehr verurteilt und die Schuldigen gerichtet werden sollten

Wenn du nicht mehr trösten und Gutes tun willst und keinen Trost mehr verlangst und Hilfe

Wenn das Mitleid und das Leid zum Teufel gegangen sind und der Teufel zum Teufel, dann!

Dann, wenn die Welt dort angefasst wird, wo sie sich auch anfassen lässt, wo sie das Geheimnis der Drehbarkeit hat, wo sie noch keusch ist, wo sie noch nicht geliebt und geschändet worden ist, wo die Heiligen sich noch nicht für sie verwandt und die Verbrecher keinen Blutfleck gelassen haben

Wenn der neue Status geschaffen ist

Wenn die Nachfolge in keinem Geist mehr angetreten wird

Wenn endlich endlich kommt

Dann

Dann spring noch einmal auf und rei die alte schimpfliche Ordnung ein. Dann sei anders, damit die Welt sich verändert, damit sie die Richtung ändert, endlich! Dann, tritt du sie an!

Aus: Ingeborg Bachmann, Das dreißigste Jahr, Erzählungen, Deutscher Taschenbuchverlag, 16. Auflage 1982, Seite 28-30
(auch dtv großdruck Band 2533)