

NZZ Podium vom 27. Mai 2010
Lebenssinn und Glücksverlangen

Niemand ist seines Glückes Schmied. Über Glück als Ideologie und Erfahrung.

Von Prof. Dr. Michael Hampe

Sprichwörter verkünden nicht immer Lebensweisheiten. Besonders auffällig ist dies bei dem Wort, das einen jeden zu seines eigenen Glückes Schmied erklärt. – Wenn man sein Glück nicht schmieden, nicht «machen» kann, kann man es dann vielleicht finden?

Es gibt eine Ideologie des Glücks, auf die sich der Gemeinpruch «Jeder ist seines Glückes Schmied» bezieht. Wenn dieser Spruch nicht als Ermunterung gedacht ist, etwas im eigenen Leben zu gestalten, kann man ihn als Kennzeichnung der folgenden Überzeugungen ansehen: Menschen sind grundsätzlich autonom, haben die Macht, ihr Leben zu gestalten, und ihr Glück stellt sich als das Ergebnis dieser Lebensgestaltung ein. Diese Ideologie ist sowohl mit einer kollektiven wie auch individuellen Ausblendung von Krankheit und Tod verbunden, den Indizien für die Grenzen der Fähigkeit von Menschen, ihr Leben vollständig selbst zu gestalten.

Von Ideologie kann hier gesprochen werden, weil diese Vorstellungen – in einem sehr allgemeinen Sinne von «Macht» – die wahren Machtverhältnisse, unter denen Menschen leben, verschleiern, so dass sich Menschen hier im Sinne von «Ideologie» nach Marx «falsche Vorstellungen über sich selbst» machen. Menschen verfügen als natürliche Wesen nur über relative Macht, vor allem zur Selbsterhaltung. Sie sind deshalb immer Leiden ausgesetzt. Handlungsfreiheit ist ihnen nicht gegeben, sondern sie müssen sie sich durch Selbstreflexion und Welterkenntnis erarbeiten und können sie auch wieder verlieren. Deshalb ist der unter dem Titel «Jeder ist seines Glückes Schmied» firmierende Vorstellungszusammenhang eine kollektive Selbsttäuschung, eine Illusion, mit der Menschen ihre faktisch eingeschränkte Macht und Endlichkeit in der Phantasie zu kompensieren versuchen. Tatsächlich findet die menschliche Macht zur Selbstgestaltung nicht nur in biologischen Bedingtheiten ihre Grenze, sondern auch die gesellschaftlichen Verhältnisse, in denen sich das biologisch begrenzte Leben von Menschen abspielt, schränken menschliche Autonomie ein. Natürlich können Menschen sowohl auf ihre Biologie wie auf die gesellschaftlichen Verhältnisse reagieren, sofern sie den entsprechenden Mut, die nötige Reflexivität und Interventionsfähigkeiten entwickeln.

Komplexität der Verhältnisse

Einsicht in die Beschränktheit menschlicher Macht bedeutet nicht, menschliche Selbstbestimmung und Freiheit zu leugnen. Doch der Gedanke, der in ungezählten Ratgeberbüchern gebetsmühlenartig wiederholt wird, man habe sich als Einzelner nur aufzuraffen, positiv zu denken und ein paar Regeln zu befolgen, um sein Leben zu gestalten, dann könne es auch ein glückliches werden, kann bestenfalls als naiv, angesichts der Schicksale von Menschen, die in Naturkatastrophen, Hungersnöte und Kriege geraten, Opfer von chronischen Krankheiten, Gewaltverbrechen oder des Terrors in totalitären Staaten werden, nur als zynisch bezeichnet werden.

Tatsächlich sind die Verhältnisse von Aktivität und Passivität, Macht und Machtlosigkeit, die für ein glücklichen Leben bedeutsam sind, komplizierter, als es die Ideologie des Glücks nahelegt. Betrachtet man die unterschiedlichen Wünsche und Handlungsgewohnheiten von Personen, so ist die erste Frage, wie sich überhaupt eine einheitliche Vorstellung vom Glück ausbilden kann. Nach der geschilderten Ideologie scheint Menschen von vornherein klar zu sein, wie ihr glückliches Leben auszusehen habe, so, als wäre die Vorstellung von Glück etwas Angeborenes, das alle miteinander teilen.

Doch das stimmt nicht. Zwar mögen alle Menschen Hunger und Durst, Schmerzen und Lebensbedrohungen als Unglück betrachten. Doch wenn man umgekehrt Zustände des Wohlfühlens, Konstellationen, in denen sich momentane Glücksgefühle einstellen, miteinander vergleicht, wird schnell klar, dass hier starke Differenzen bestehen, sowohl zwischen verschiedenen Entwicklungsstadien ein und desselben Individuums wie auch zwischen verschiedenen Individuen. Babys fühlen sich in anderen Situationen wohl als Erwachsene. Und wo sich für die eine Person Glücksgefühle einstellen, wie beim Flug mit dem Gleitschirm, kann eine andere gleichen Alters, Geschlechts und gleicher Nationalität, doch mit anderer Lebensgeschichte in Panik geraten.

Mehr noch als Vorstellungen über momentanes Wohlfühlglück wandeln sich die über einen glücklichen Lebenslauf während eines jeden Lebens aufgrund gemachter Erfahrungen. Die Idee, dass jemand im Alter von vierzehn weiss, wie ein glückliches Leben für ihn auszusehen habe, und es dann als solches bis zu seiner Pensionierung «schmiedet», ist nicht nachvollziehbar. Wir würden so jemanden nicht glücklich nennen, sondern sagen, dass er sich nicht entwickelt hat. Doch die in einer solchen Kritik eines artifiziellen Lebens präsente Vorstellung, dass Menschen sich entwickeln sollten und sich dabei um ihr Leben zu kümmern und es als reflektierende Person zu führen haben, damit es ein glückliches wird, ist philosophisch schwer explizierbar.

Vielheit in der Einheit

Vorstellungen von einem Wesen des Menschen, das in einem Lebenslauf entweder unterdrückt bleibt, was Unglück bedeute, oder realisiert werde, was das Glück zur Folge habe, haben lange das Denken über menschliche Entwicklung bestimmt. Auch ursprünglich emanzipatorische Ideen, nach denen Menschen unter unfreien Umständen, in denen sie einander beherrschen, ihre Natur weder erkennen noch realisieren können, gehören in diese Tradition. Mit diesem Essentialismus brach der radikale Individualismus Adornos, der alle allgemeinen Aussagen über Einzelne als verfehlt betrachtete.

Trotzdem bilden Menschen in dieser Konzeption unabhängig vom Denken in allgemeinen Begriffen Vorstellungen vom Glück aus, im Sinne von vagen Phantasien, etwa von einem Aufenthalt an einem Ort, an dem alles zusammenpasst. Adorno spricht von der «metaphysischen Erfahrung» der Kindheit, in der Namen von Orten zu Chiffren für mögliches Glück werden. Die Orte der Kindheit, in denen Glück zwar noch nicht verwirklicht, jedoch als verwirklichter geahnt wird, sind in der Imagination «unauflöslich individuiert», die das Glück verweigernde reale Welt dagegen von Allgemeinheiten beherrscht. Zwei Entwicklungsprozesse von Personen sind vor diesem Hintergrund denkbar: In dem einen tut der Mensch die kindliche Ahnung, dass es ein Leben gebe, in dem alles zusammenpasst, als eine Illusion ab und passt sich an die vermeintlicherweise die Wirklichkeit beherrschenden Widrigkeiten an. In dem anderen Entwicklungsprozess wird sich die betreffende Person einen «utopischen Impuls» des Glücks bewahren und den Notwendigkeiten der Welt weiterhin die Frage entgegenhalten: «Ja, ist das denn alles?»

Wie man diese Entwicklungsprozesse bewertet, hängt davon ab, ob man die Wirklichkeit als einen durch Allgemeinheiten bestimmten widersprüchlichen Zusammenhang ansieht oder als «unauflöslich individuiert» und alle Allgemeinheiten als Konstrukte deutet, die die Individuen nie erreichen. In einer unauflöslich individuierten Wirklichkeit sind für das Glück Unterschiede und Allgemeinheiten entscheidend. Letztere verweisen bestenfalls auf Vereinfachungen, schlimmstenfalls auf die Beherrschung oder Leugnung von wirklichen Unterschieden.

Adorno unterscheidet in seinen Reflexionen über «glückliche Identität» eine scheinhafte Verschmelzung, in der zusammenkommende Individuen in einem Chaos ununterscheidbar werden, von «verwirklichtem Frieden». In diesem Frieden gibt es einen «Stand eines Unterschiedenen ohne Herrschaft, in dem das Unterschiedene teilhat aneinander». Es ist unschwer erkennbar, dass unsere gegenwärtige Konkurrenzgesellschaft, in der alles und jeder «gerankt» wird, nichts anderes als das Gegenteil dieses Friedens ist. Voraussetzung einer solchen Teilhabe verschiedener Menschen aneinander ist, dass sie sich überhaupt selbst offenbar werden. Auch das spricht eine «Frankfurter» Chiffre

für Glück aus, die Walter Benjamin Mitte der zwanziger Jahre prägte: «Glücklichsein heisst ohne Schrecken seiner selbst innewerden.»

Zustände der Harmonie und Verschmelzung gehören sicher zu Glückskonzeptionen, während solche der Entzweiung, Fremdheit und des Krieges Chiffren für Unglück sind. Adornos Beobachtung, dass es eine Differenzen auflösende Verschmelzung und eine die Differenzen ohne Herrschaft erhaltende Gemeinschaft geben kann, ist als Orientierung für misslingendes und gelingendes Streben nach Glück wichtig. Bewusstheit und Gelassenheit gegenüber der Kompliziertheit eigener Bestrebungen sind Bedingungen einer glücklichen Erfahrung von Einheit; Scham, Schuld, Verdrängung und Betäubung als misslungene Bewältigungen des Leidens an Differenzen verhindern sie. Dies gilt nicht nur für Differenzen in einer einzelnen Person, sondern vor allem für die zwischen Menschen. Der amerikanische Philosoph Stanley Cavell sagt deshalb: «Es ist eine schreckliche und Ehrfurcht einflössende Wahrheit, dass die Anerkennung der Andersheit der anderen, der unvermeidlichen Getrenntheit, Bedingung menschlichen Glücks ist. Gleichgültigkeit ist die Leugnung dieser Bedingung.»

Sinn: die eigene Stimme

Man kann die Einheit, die auf nicht gewaltsame Weise, unter Erhaltung innerer Kompliziertheit in einem Leben herbeigeführt wird, «Sinn» nennen. Erfahrungen von Sinn sind selbst Glückserfahrungen. Sofern sie das ganze Leben betreffen, kann man sie als Erfahrung von Lebensglück kennzeichnen, wenn etwa in der Retrospektive das eigene Leben als sinnvoll erscheint. Doch auch auf Momente bezogen ist die Erfahrung von Sinn für Glück wichtig. Denn eine Lebenssituation, in der eine Euphorie des Augenblicks empfunden wird, erhält dadurch, dass sie Teil eines Sinnzusammenhanges wird, eine Steigerung ihrer Intensität. So mag ein Fussballer, der ein Tor schießt, im Moment des Erfolgs einfach über die Situation glücklich sein. Ist dieses Tor Teil einer Lebensgeschichte, in der er lange mit Kameraden auf den Gewinn einer Meisterschaft hingearbeitet hat, und besiegelt dieses Tor den Gewinn der Meisterschaft, so steigert die lebensgeschichtliche Bedeutung die Intensität der Wahrnehmung des Torerfolgs.

Sinn ist nicht etwas, was sich von selbst im Leben einstellt. Es ist auch nicht etwas, was wie ein Artefakt hergestellt werden kann. Denn wir sind als Personen der Prozess unserer Existenz und können ihn nicht als etwas Äusseres hervorbringen. Wie also hat man sich die Verwirklichung von Sinn oder Lebensglück zu denken? Sinn ist etwas, was sich zwischen den erlebten und erinnerbaren Episoden eines Lebens entwickelt. Er ist nicht Resultat von Anstrengungen wie ein Kunstwerk. Individualität und Lebensglück sind weder technische noch artistische Produkte, wie es die Romantiker und ihre das Leben ästhetisierenden Nachfolger Nietzsche und Foucault dachten. Die Alternative von Entstehen oder Herstellen ist falsch, weil es bei dieser Entwicklung um einen Prozess der Aufmerksamkeit geht.

Ein Körpergefühl, wie Kopfschmerz, ein Geräusch, wie ein Gespräch am Nebentisch in der Beiz, können eine Weile präsent sein, ohne dass ich es wahrnehme. Plötzlich tritt bei mir oder an meinem Tisch Ruhe ein, und ich nehme den Kopfschmerz, das Gespräch am Nebentisch wahr. Ich habe den Schmerz oder die Worte am Nebentisch nicht erzeugt, doch war ich auch nicht passiv, sondern habe meine Aufmerksamkeit aktiv auf diese Vorkommnisse gelenkt. Ähnlich ist es im Prozess meiner Existenz. Eine Episode des Lebens kann auf die andere folgen, ohne dass ich darüber nachdenke, was für ein Leben ich eigentlich führe. Ich kann jedoch auch auf die Abfolge dessen, was ich tue und was mir widerfährt, genau achten und dann ein Muster in ihm erkennen.

Was man erkennt, wenn man einen Sinn in der eigenen Existenz sieht, ist eine Gestalt wie in einem regennassen Mauerwerk, in dem es helle und dunkle Flecken gibt. Der eine mag einen Hund, der andere ein Kaninchen in den Flecken sehen. Dieses Erkenntnis hängt einerseits von der eigenen Aufmerksamkeit, andererseits vom Regen und vom Verputz der Mauer ab. Welche Muster an Prägnanz gewinnen, ergibt sich aus einem Zusammenspiel von passiver Hinnahme des Gegebenen und aktiv aufmerksamer Deutung.

Bei der eigenen Existenz handelt es sich nicht um eine räumliche, sondern zeitliche Gestalt. Wenn sich Sinn beim Nachdenken über Erfahrungen des eigenen Lebens ergibt, entsteht ein zeitliches Muster, aus dem die Fortsetzung des eigenen Lebens folgt, so wie jemand das Muster in der regennassen Mauer durch einen eigenen Farbstrich fortsetzt. Durch eigenes Handeln verändert sich jedoch die zeitliche Gestalt oder der Sinn des Lebens wieder. Und auf diese Veränderung ist erneut mit Aufmerksamkeit zu reagieren. Wichtig ist, überhaupt Aufmerksamkeit auf die Abfolge der Ereignisse des Lebens zu lenken, einen Zusammenhang zu suchen, sich zu fragen: «Wie lebe ich eigentlich?» Wenn es gelingt, ein Muster zu finden, gibt es einen Ansatz, von dem aus das Leben so geführt werden kann, dass das Handeln jenseits allgemeiner Regeln wie der, anderen nichts zuzufügen, was man nicht selbst erfahren möchte, in einem eminenten Sinne richtig oder falsch, das eine Tun als zum eigenen Leben gehörend, das andere zu etwas ihm fremden macht.

Stanley Cavell hat hier von der Suche nach der «eigenen Stimme» gesprochen. Die eigene Stimme hat mit der Reaktion auf Vorgegebenes zu tun. Eine Sängerin fragt sich, was eine Arie für sie bedeutet. Dabei werden auch Musikstücke, die sie bisher in ihrem Leben gesungen hat, eine Rolle spielen. Ebenso kann man sich in einem Gespräch fragen, was eine Bemerkung oder eine Frage für einen aufgrund der bisherigen Lebenserfahrung eigentlich bedeutet, und sucht nach der eigenen Stimme in der Antwort auf sie – oder auch nicht und verfällt einem Klischee. Auf diese Weise sind alle Menschen, wenn sie nach Sinn suchen, damit beschäftigt, herauszufinden, wie sie selbst, als von allen anderen verschiedene, auf das, was ihnen widerfahren ist und was sie getan haben, in ihrer weiteren Lebensführung zu antworten haben.

Seelische Grundgesundheit

Diese Möglichkeit, mit eigener Stimme zu reagieren, ist nur gegeben, wenn die organische Fortsetzbarkeit des Lebens gesichert ist. Es muss auch Reflexionsfähigkeit, Ruhe und Mut geben, um Aufmerksamkeit auf die Vorkommnisse des eigenen Lebens richten zu können. Man kann das «seelische Grundgesundheit» nennen, die die Voraussetzung der Suche nach Lebensglück ist. Wenn beides da ist – und oft ist das gar nicht der Fall, weil Menschen krank sind oder ihr organisches Leben sonst bedroht ist oder sie die seelische Grundgesundheit nicht besitzen, um sich ohne Angst zu fragen, wie sie eigentlich leben – wenn also organische und seelische Gesundheit gegeben sind, mag eine Mischung aus gelassener Rezeptivität und kreativer Antwortfähigkeit dazu führen, dass man ein Muster im eigenen Leben entdeckt, das man anerkennen kann und aus dem klar wird, wie man sein Leben fortsetzen muss, damit alles einen Sinn behält.

Machen wir uns nichts vor: Die alten Philosophen hatten recht, und die neuen Ratgeber, die uns alle glücklich machen wollen, haben unrecht. Das glückliche Leben ist schwer zu finden und selten. Die meisten finden kein Lebensglück, sondern kämpfen um ihr Überleben oder erreichen nur das Glück der Momente, punktuelle Euphorien und Zufriedenheiten. Die Erfahrung von Sinn oder Lebensglück ist nicht mit dem Freiheitsgefühl verbunden, man könne dieses oder jenes oder gar alles tun. Als der Dirigent Celibidache die Frage, ob er glücklich sei, mit Ja beantwortete und das damit begründete, er wisse jeden Morgen, wofür er aufstehe: für die Musik, meinte er genau das. Wer einen Sinn in seinem Leben entdeckt und erschafft, weiss, was aus der individuellen Notwendigkeit der eigenen Existenz zu tun ist. Er besitzt deshalb aber nicht, wie Celibidache glücklicherweise, die äussere Freiheit, es auch tatsächlich tun zu können. Mächtigere Instanzen hindern ihn vielleicht daran, zu tun, was für ihn notwendig ist. Deshalb sind auch die, die Sinn gefunden haben, nicht ihre Glückes Schmied, sondern, wie alle Wesen mit endlicher Macht, Zufällen ausgesetzt.

Michael Hampe, geboren 1961, ist Professor für Philosophie an der ETH Zürich.