

Josef Kirschner

Die Kunst, ohne Überfluss glücklich zu leben

Das größte Abenteuer unserer Zeit

mvgverlag 

© des Titels »Die Kunst, ohne Überfluss glücklich zu leben« von Josef Kirschner (ISBN 978-3-86882-481-0)
2013 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

Vorwort

Liebe Leser, als dieses Buch vor mehr als drei Jahrzehnten in Deutschland erschien, war unsere Welt noch einigermaßen in Ordnung. Die meisten von uns, die den Weltkrieg überlebt hatten, glaubten fest daran, dass es Zeit wäre, aus den Erfahrungen zu lernen.

Haben wir die Lektion gelernt?

Ich meine damit nicht die Leute, die vorgeben, das Allerbeste für uns zu tun, und es uns ohne Unterlass im Scheinwerferlicht der Fernsehkameras versichern. Ich meine, ob wir – Sie und ich – ganz persönlich glücklich sind mit dem sogenannten Fortschritt, den wir inbrünstiger anbeten als den lieben Gott.

Haben wir die Lektion gelernt, oder haben wir vollends verdrängt, dass es der Überfluss ist, der uns daran hindert, wirklich glücklich zu sein?

Drei Fragen sind es, die uns dabei helfen können, in unserem Leben ein paar Dinge klarzustellen:

- Was bedeutet Glück für mich ganz persönlich?
- Wo beginnt für mich der Überfluss?
- Worauf sollte ich verzichten, um so leben zu können, wie ich leben möchte.

Damit wir uns richtig verstehen: Es geht hier um den reinsten Egoismus. Ein gesunder Egoist, heißt es, würde niemals dem Partner selbstlos schwören: »Ich liebe nur dich.« Er würde ihn vielmehr fragen: »Ich liebe mich. Liebst du dich auch?«

Zugegeben, das ist nicht gerade das, was man als eine von Herzen kommende Liebeserklärung versteht. Aber vielleicht würden die 50 Prozent der Ehen, die wieder geschieden werden, noch bestehen, wenn sie nicht unter falschen Voraussetzungen zustande gekommen wären.

Begleitet von der Erkenntnis, dass alles bei uns selbst beginnt. Die Liebe genauso wie das Glück und der Überfluss. Klingt das nicht vernünftig? Wie sollte denn jemand die Probleme eines anderen lösen können, wenn er nicht imstande ist, seine eigenen zu bewältigen?

So betrachtet, enthält dieses Buch zahlreiche Anregungen, die heute vielleicht noch aktueller sind als vor 30 Jahren. An der Sehnsucht nach persönlichem Glück und den Versuchungen des Überflusses, die uns daran hindern, wird sich vermutlich auch für die kommenden Generationen wenig ändern.

Ein Grund mehr vielleicht, sich mit den Möglichkeiten vertraut zu machen, die uns allen offenstehen, und ein paar grundlegende Fehler in Zukunft zu vermeiden, die wir in der Hektik des Computer-Zeitalters übersehen haben.

Josef Kirschner, im März 2013

Warum es endlich Zeit wird, den Kreislauf des Überflusses zu stoppen und wieder zu uns selbst zu finden – ehe es zu spät ist

Es mag sein, dass Sie in nächster Zeit an einem Autounfall sterben, aufgrund von Umweltschäden vergiftet werden oder dem täglichen Stress zum Opfer fallen. Was uns alle jedoch hundertmal mehr in unserer Existenz bedroht, ist etwas, dem wir arglos als große Errungenschaft huldigen: das Leben im Überfluss.

Als in den fünfziger Jahren in den vom Zweiten Weltkrieg zerstörten Ländern der Hunger gestillt war, ging den meisten Menschen sehr rasch der Instinkt für ihre natürlichen Bedürfnisse verloren.

Sie aßen nicht mehr, was sie sättigte, sondern nahmen alles, was ihnen eingeredet wurde. Sie fuhren nicht, um irgendwohin zu kommen, sondern um schneller dort zu sein als andere. Angefeuert von den unermüdlichen Predigern des Fortschritts.

Diese Prediger – was haben sie uns nicht alles vorgegaukelt! Und was hat sich davon tatsächlich erfüllt? Haben sie uns glücklicher gemacht mit den Automaten? Hat uns die modernste Medizin aller Zeiten von unseren Leiden geheilt? Leben wir besser, weil wir mehr wissen? Haben wir durch mehr Wissenschaft und Bildung mehr aus den Fehlern der Vergangenheit gelernt als frühere Generationen?

Nichts haben wir gelernt.

Als 1945 der Friede begann, ahnten alle, dass in den vergangenen Jahren Millionen Menschen völlig sinnlos gestorben waren. Das hinderte jedoch die übriggebliebenen nicht, sofort eine neue Katastrophe vorzubereiten: das Leben im Überfluss, das gefährlicher ist, als es der Krieg war.

So stirbt beispielsweise bei uns heute jeder zweite Bürger früher oder später am Infarkt. Die Zahl der Herz- und Kreislauftoten steigt seit 1950 jährlich um fünf Prozent. Diejenigen, die daran schuld sind, werden aber nicht zur Rechenschaft gezogen. Man feiert sie als die großen Helden unserer Epoche.

So rafft die Seuche Überfluss, die der viel gepriesene Fortschritt gebracht hat, die Menschen hinweg. Wir, die wir noch am Leben sind, klammern uns an die Hoffnung, dass es uns nicht als Nächsten erwischt. Inzwischen suchen wir weiter Zuflucht bei dem, was uns vermutlich auch eines Tages zum Verderben wird – wir flüchten vor der Realität des Lebens in immer neuen Überfluss.

Dieser Überfluss hat uns bequem und hilflos gemacht. Weil wir dem Versprechen glauben, wir könnten alles kaufen, was uns glücklich macht, ließen wir jene Eigenschaften verkümmern, mit denen wir uns aus dem verhängnisvollen Kreislauf des Überflusses selbst befreien könnten.

Dieser Kreislauf begann, als die Prediger des Fortschritts ihre neuen Lebensgesetze verkündeten und in uns willige Opfer fanden. Sie suggerierten uns:

- Schau nur vorwärts und nie zurück. Was gestern neu war, ist heute schon veraltet.
- Kaufe heute, was dir als zeitgemäß angeboten wird, auch wenn du das Geld dafür erst verdienen musst. Bezahlen kannst du später.
- Lass die Technik für dich arbeiten, damit du dich bequem hinsetzen und ein schönes Leben führen kannst.

Diese neuen Lehren des Heils haben uns schon nach kurzer Zeit in Konflikt mit uns selbst gebracht. Statt des schönen Lebens hat uns der maßlose Konsum nur größere Ängste, Unsicherheit und quälende Schuldgefühle beschert.

Wir haben guten Glaubens so lange auf den Fortschritt und seine Gesetze vertraut, bis wir selbst nicht mehr wussten, was für uns richtig ist. Wir haben zu

viel gekauft und uns von anderen abhängig gemacht. Statt uns die Technik zu unterwerfen, haben wir durch sie verlernt, unsere eigenen Fähigkeiten sinnvoll einzusetzen.

Dabei sind es gerade diese Fähigkeiten, die unsere Freude an der Arbeit und der Bewältigung des Lebens bestimmen. Worauf sollten wir noch stolz sein, wenn uns die Technik alles abnimmt, was unseren Selbstwert ausmacht?

Gerade wegen des Überflusses, den wir geschaffen und dessen Wichtigkeit wir uns eingeredet haben, wissen wir längst nicht mehr zu unterscheiden, was uns nützt und was uns schadet – oder was ganz einfach wertlos ist.

Wenn wir es genau betrachten, treiben nicht mehr wir den Fortschritt voran, sondern der Fortschritt treibt uns einer ungewissen Zukunft entgegen. Es scheint, als seien wir hoffnungslos gefangen in diesem Kreislauf des Überflusses, der uns unweigerlich mit sich zu reißen droht.

Wie, werden Sie fragen, kann man heute dem Verhängnis noch entkommen?

Die Antwort lautet: Werfen Sie an jedem kommenden Tag Ihres Lebens ein Stück des Ballastes ab, den man Ihnen aufgeladen hat. Stärken Sie an jedem Tag ein wenig mehr die Kraft zum Widerstand gegen die Verlockungen des Überflusses.

Das ist der beste Weg der Rückkehr zu sich selbst, nachdem Sie so lange dazu angehalten wurden, vor sich selbst davonzulaufen. Vielleicht entdecken Sie dann schon sehr bald, dass das wahre Abenteuer unserer Zeit nicht die Flucht in den Überfluss ist, sondern die Wiederentdeckung des so lange von uns vernachlässigten, faszinierenden Ichs.

Warum die Leser dieses Buches keine Rezepte für die Bewältigung des Überflussproblems erwarten dürfen

Die Kunst, ohne Überfluss glücklich zu leben, ist für jeden erlernbar, dessen Bedürfnis danach stark genug ist. Oder dessen Unbehagen mit dem Leben, das er derzeit führt, ihn zu einer Umkehr drängt.

Das Problem ist, dass mancher Lernwillige sagen wird: »Ich bin mir darüber im Klaren, dass in meinem Leben etwas geändert werden muss.« Er reckt also entschlossen den Kopf, krepelt die Hemdsärmel hoch, die Augen blitzen vor wilder Entschlossenheit. Dann schaut er sich suchend um und fragt: »Wer sagt mir, was ich tun soll?«

Wenn Sie dieses Buch in der Absicht gekauft haben, eine einfache Anleitung zu erhalten, müssen Sie enttäuscht werden. Der Überfluss mit seinen unübersehbaren Folgen kann nicht durch die Befolgung einiger weniger Rezepte überwunden werden. Dadurch, dass wir ein paar Lampen aus der Fassung drehen. Oder weniger mit dem Auto fahren. Oder sparsamer mit dem Geld umgehen.

Das Problem sitzt viel tiefer. Es sitzt in uns. Dort müssen wir es aufspüren, uns mit ihm anfreunden, und dort müssen wir die Gegenkräfte mobilisieren.

Die wichtigsten Gegenkräfte gegen den Überfluss sind Beschränkung und Verzicht.

Es gab zu allen Zeiten zwei Möglichkeiten, die Menschen zur Einschränkung zu veranlassen:

Erstens: der Zwang durch Naturgewalten, Not, Versagen und Krieg. Zweitens: die Überzeugung, dass es richtig ist, sich von Zeit zu Zeit freiwillig Beschränkungen und Verzicht aufzuerlegen, um daraus neue Kraft zu schöpfen.

Dieses Buch beschäftigt sich vorwiegend damit, den Leser zu Letzterem zu ermutigen und schrittweise Veränderungen in der bisherigen Lebensweise aufzuzeigen. Das vordringliche Ziel soll dabei sein, uns selbst an jedem weiteren Tag unseres Lebens mehr Freiheit und Glücksgefühl zu verschaffen.

Wer also die Kunst, ohne Überfluss glücklich zu leben erlernen will, muss zwei Voraussetzungen mitbringen:

- Er muss bereit sein, sich freiwillig Beschränkungen und Verzicht aufzuerlegen.
- Er muss den Überfluss bei sich selbst erkennen und bewältigen. Es gibt für ihn nicht die Ausrede, der Staat oder irgendjemand müsste für die Lösung dieses Problems sorgen.

Das bedeutet weiter, dass jeder, der sich in das Abenteuer eines Lebens ohne Überfluss stürzt, einen ganz persönlichen, individuellen Weg einschlagen muss.

Dieses Buch beschreibt das Bemühen des Autors, den Überfluss in seinem Leben zu bewältigen. Mit allen Fehlern, die er dabei beging, Erkenntnissen, die er dabei gewann, und den Beispielen, die vieles verdeutlichen werden.

So verbrachte er beispielsweise viele Abende mit einem jungen Unternehmer, der eines Tages beschloss, die Belegschaft seiner Firma von 36 auf vier Arbeiter zu reduzieren, um auf diese Weise mit weniger Aufwand mehr Glück zu finden.

Oder er studierte die Geschichte der Hunzas, eines Volkes im Hindukusch, bei dem es keine Ärzte gibt, weil die Menschen durch ihre ausgeglichene Lebensweise nicht krank werden.

Die Sammlung solcher und ähnlicher Beispiele und die eigenen Erfahrungen des Autors sollen allerdings nicht mehr, aber auch nicht weniger bewirken, als

den aufnahmebereiten Leser anzuregen, seine eigenen Abenteuer zu bestehen und daraus ständig zu lernen.

Eigene Erfahrungen machen – das ist der entscheidende Punkt.

Es bedeutet zuallererst, sich eingehend und ständig mit sich selbst zu beschäftigen. Es heißt, alle Lösungen bei sich selbst aufzuspüren, statt unaufhörlich danach zu fragen. Denn – das sollte nie vergessen werden – es gibt niemanden auf der Welt, dem unsere Entscheidung zur Beschränkung mehr nützt als uns selbst.

Der Autor hat durch seine Bücher »Manipulieren – aber richtig«, »Die Kunst, ein Egoist zu sein« und »Hilf dir selbst, sonst hilft dir keiner« einige Erfahrung im Umgang mit Lesern. Er hat gelernt, sie in drei Gruppen einzuteilen:

1. Die Bewunderer, die nach jemandem suchen, der ihnen sagt, was sie tun sollen. Und dem sie grenzenlos dankbar dafür sind, dass er es ihnen sagt. Unbeschadet der Tatsache, dass die meisten dieser Leser letztlich gar nicht tun, was er empfiehlt.
2. Die Kritiker, die ein Buch nur lesen, um darin Fehler aufzuspüren. Wenn es ihnen gelingt – und es gelingt ihnen immer –, gibt es ihnen das Gefühl, dass der Autor doch nicht so gescheit ist, wie er vorgibt. Diese Schwäche des Autors wird vom Kritiker dann dazu benützt, auf die eigene Überlegenheit hinzuweisen. Dies hindert ihn nicht selten daran, Anregungen aufzunehmen und etwas in seinem eigenen Leben zu verändern.
3. Die Realisten, die selbst eine Vorstellung von ihrem Leben haben. Sie suchen in Büchern nichts anderes als Anregungen. Sie lesen ein Buch, um es zum eigenen Nutzen auszubeuten. Der Autor hat dabei nur Zubringerdienste zu leisten.

Es braucht nicht betont zu werden, dass diese letzte Gruppe die besten Voraussetzungen mitbringt, sich die Kunst, ohne Überfluss glücklich zu leben, am ehesten anzueignen.

Das vorliegende Buch ist in 35 Abschnitte eingeteilt. Jeder Abschnitt beschäftigt sich damit, in welchen Formen und auf welchen Wegen der Überfluss unser Leben bestimmt. Ebenso beschäftigt sich jeder Abschnitt damit, wie ein jeder – der sich ernsthaft darum bemüht – durch viele kleine Schritte ein wenig mehr Unabhängigkeit gewinnen und so allmählich aus dem unterdrückenden Kreislauf des Überflusses aussteigen kann.

Die »kleinen Schritte«, von denen hier die Rede ist, müssen getan werden auf den zwei Ebenen, auf denen sich jede Veränderung in unserem Leben vollzieht, die Bestand haben soll: auf der Ebene der Erkenntnis und auf der Ebene des Handelns.