

# HELMUT DE WAAL ÜBER VERZICHT UND GROSSZÜGIGKEIT: EIN PLÄDOYER FÜR VERGESSENE TUGENDEN



## DIE FOLGENDEN GEDANKEN

über Verzicht und Großzügigkeit und das angekündigte Plädoyer für ebendiese vergessenen scheinenden Tugenden sollen keinesfalls bedeuten, dass ich das bereits „könne“, sondern sind Ausdruck meiner Überzeugung,

dass die Gesellschaft, in der wir leben - und damit auch ich selbst - dies dringend nötig hätten. Meine Sehnsucht danach wird jedenfalls immer größer.

## 0. VERZICHT IST NÖTIG: FÜR DIE WELT UND FÜR UNS SELBST

Wenn ich zwei Kreise zeichne und in den einen all das hineinschreibe, was ich habe, und in den zweiten (kleineren) all das, was ich davon tatsächlich nütze, bin ich verblüfft über die Differenz zwischen den beiden, also darüber, wie viel das „Nützen“ eigentlich „kostet“, und ich frage mich unwillkürlich, wofür ich mir das leiste: offensichtlich dafür, dass ich es benutzen könnte. Ich leiste mir diese Differenz genau genommen zweimal: einmal durch die Anschaffung und einmal durch die Erhaltung. Tatsächlich ist es hier die Möglichkeit, die so teuer ist, nicht die Verwendung an sich. Wir zahlen also dafür, dass wir „könnten“.

Ein dritter Kreis lässt sich auch noch ziehen: Das, was ich gerne hätte. Dieser Kreis ist wichtig, nicht nur für die Wirtschaft, sondern auch für den einzelnen Menschen, denn er treibt vieles an, das wissen wir als PsychotherapeutInnen nur zu gut. Aber muss er deswegen gleich verwirklicht werden, sozusagen als bloße Möglichkeit auf „Verdacht und Abruf“ („Ich ziehe die Schuhe nicht an, aber ich habe sie!“)? Das „kostet“ nämlich, wie bereits gesagt, allein schon durch die bloße Aufrechterhaltung. Im Moment der Verwirklichung allerdings verschwindet er durch eben diese Verwirklichung als Moment des Begehrens und der Sehnsucht und muss danach neu errichtet werden.

Ich weiß natürlich, dass dieser Kreislauf vieles in Gang hält. Aber will man den Preis, der dafür zu entrichten ist, wirklich bezahlen, und zwar persönlich, gesellschaftlich und global gesehen? Vor allem unter dem Aspekt,

dass sich dieser Kreislauf zwischen „wollen“, „zur Verfügung haben“ und „tatsächlich nützen“, immer riskanter gestaltet? Schlagworte wie „Konsumgesellschaft“, „Wegwerfgesellschaft“ oder „Privatverschuldung“ sind Teile dieses allgemein bekannten Problems und brauchen an dieser Stelle weiter nicht diskutiert zu werden.

Ich möchte hier einen anderen, oft ausgeblendeten Aspekt dieses Themas herausgreifen und näher beleuchten, nämlich den des Verzichts. Niemand spricht mehr davon. Politiker, die ja mit Wortspenden nicht geizen, wenn sie die Wirtschaftskrise erörtern, sprechen allenfalls von Einsparungen, denn das ist nur zeitweise und verspricht eine bessere Zukunft, die letztlich eine Fortsetzung der Gegenwart ist. Aber es ist keine Rede von Verzicht, denn das wäre vielleicht viel grundsätzlicher zu sehen und würde eine andere Zukunft in Aussicht stellen.

Früher gab es hier zwei verlässliche Traditionen: Auf der einen Seite, links, der freiwillige und strategische Konsumverzicht und der geforderte Verzicht der Reichen, damit die Armen auf Dauer mehr haben und darum keine mehr sein sollen. Das war organisatorisch strukturell gemeint (Vergesellschaftung der Produktionsmittel oder so).

Auf der anderen, christlich(sozial)en Seite wurde Verzicht vorgeschlagen, um frei zu werden (und damit vielleicht auch schlank durch das Nadelöhr zu passen) und auch, damit die Armen momentan mehr haben und immer wieder bekommen. Organisatorisch war das wohl auch freiwillig gemeint, obwohl man die Hinweise auf die weitere persönliche Zukunft (die möglicherweise erheblich länger dauert als die Gegenwart und durch das erwähnte Nadelöhr führt) als milden Zwangskontext deuten könnte.

Die Alternativen haben vom Energiesparen geredet, aber auch diese Stimme ist weitgehend verstummt, zumindest im Zusammenhang mit der Teilnahme an oder zumindest der Aussicht auf reale Macht. Jetzt heißt dies „Energiewandel“. Den Wählern, die diese Macht dann wirklich ermöglichen, will derartiges Sparen niemand mehr zumuten, denn finster soll es unter gar keinen Umständen werden, dann schon lieber anders hell bleiben. Wirklich ändern muss sich also nichts mehr: Energiewende eben.

Bekommen es jetzt plötzlich alle mit der Angst zu tun, mit der Angst vor diesem Wort „Verzicht“? Vielleicht, weil es nun wirklich ernst wird? Dabei könnte es doch ganz anders sein, provokant gesagt: ganz einfach nämlich.

**1. VERZICHT KÖNNTE ES LEICHTER MACHEN UND LEICHT SEIN: DENN ALLES, WAS WIR ANDEREN GEGENÜBER TUN, KEHRT NICHT NUR (MÖGLICHERWEISE IRGENDWANN) ZU UNS ZURÜCK, SONDERN ES WIRKT SOFORT.**

Verzicht macht nicht nur das Leben des Verzichtenden einfacher und überschaubarer (dieser hat dann weniger zu verwalten, zu verteidigen, zu versorgen), sondern hat einen unmittelbaren Gewinn ökologischer Art für den Verzichtenden selbst zur Folge. Hier ist allerdings nicht der Verzicht des Sparsamen oder gar des Geizigen gemeint, der für ein unbekanntes Morgen spart. Natürlich ist das nicht immer unsinnig: „Spare heute, damit dein Kind morgen etwas hat, oder du selbst, wenn du alt bist!“, aber für die persönliche Ökologie wird das dann beschwerlich, wenn es bloß „kapitalistisch“ passiert, also „irgendwann einmal mehr Kapital, mit keinem bestimmten Ziel, Rendite eben ...“. Das kann dann schon schlaflose Nächte bereiten, wenn die Börsen krachen und man fürchten muss, eine Zukunft zu verlieren, die noch nicht einmal einen Namen hatte.

Dieser Verzicht ist hier nicht gemeint, sondern vielmehr jener Akt des Verzichtens, der unmittelbar Großzügigkeit zur Folge hat und sich von ihr herleitet, dort wo verzichtet wird, um einem anderen zu geben: Verzicht als Folge von Sorgen.

Dieser Verzicht zahlt sich aus, vor allem für den Geber - und zwar nicht erst im Jenseits, wie das die Kirchen versprechen, oder in einigen Jahren, wie meine Bank mir schmackhaft machen will (diese Stimme wird allerdings gerade schwächer), sondern jetzt sofort und unmittelbar spürbar. Eigenartigerweise wissen wir tatsächlich weniger (und brauchen es ja vielleicht auch nicht wissen), wie Großzügigkeit auf den Empfänger wirkt, denn es ist ja immer unsicher, wo das Gegebene wirklich landet oder wie es verwendet wird. Aber wir haben eine sehr genaue Erfahrung, wie Großzügigkeit unmittelbar auf den Geber zurückwirkt.

**2. VERZICHT: „ARME, ALTE, ALLEINSTEHENDE FRAUEN“ SIND DIE AVANTGARDE.**

Ich möchte hier zuerst den ökologischen Gewinn meiner Mutter als Beispiel für meine Behauptungen anführen. Sie gibt immer: ihren Kindern und Enkelkindern, ihren Freunden. Aber sie gibt auch Unbekannten in Form von bescheidenen Spenden, denn daran merkt sie, dass es ihr noch nie so gut gegangen ist wie jetzt. Das Pouvoire für diese Großzügigkeit ist eine bescheidene Witwenpension. Dass sie damit so gut haushalten kann, ist ihr großer Stolz, zu geben macht ihr wirklich Freude.

Warum geben immer die Armen? Die Antwort ist möglicherweise ganz einfach: Sie brauchen die damit verbundene Komplementarität und das Wissen um die eigene Großzügigkeit mehr. Deswegen wurde der Bettler im Judentum geehrt: Er gibt uns bereits im Diesseits die Möglichkeit, uns gut zu fühlen, nicht nur dann, wenn wir reich sind.

Wenn wir den Statistiken glauben, ist die typische Spenderin arm, weiblich, alleinstehend und alt, einmal in der uncharmanten Sprache amtlicher Nachweise ausgedrückt. Als systemische FamilientherapeutInnen überrascht uns das nicht, weil wir darin Lösungsansätze sehen, die Schule machen sollten, und zwar nicht aus moralischen Gründen, sondern weil darin Wohltaten gesehen werden können, die jedenfalls der Geberin zugutekommen.

Was ihnen die Großzügigkeit der Armen bringt, wurde schon angedeutet: Sie stellt sozial Komplementarität her, die den Geber vom Opfer zum Akteur macht, sodass es sich immer lohnt, zu teilen und zu überlegen, was man mehr als der andere hat und was davon dem anderen von Nutzen sein könnte. Viele Beispiele aus Zeiten der Not, der Kriegsgefangenschaft etc. erinnern uns daran, dass das eine wichtige Möglichkeit ist, Souveränität zurückzugewinnen, nach außen und nach innen. Großzügigkeit macht also freier und autonomer, und dafür kann man schon ein bisserl was zahlen, es muss ja eh nur soviel sein, wie geht.

Die von der Spendenstatistik beschriebene „alte arme Frau“ hat wohl keine besonders guten Karten in der Gesellschaft, und genau deswegen ist die beschriebene Großzügigkeit eine gute Möglichkeit, Souveränität und Mitwirkung zu gewinnen.

Warum aber tun sich Frauen damit, zumindest statistisch gesehen, soviel leichter?

Das ist ja auch eine Beobachtung, die wir im Alltag häufig machen: Frauen, wenn sie familiär oder beruflich nicht mehr so beansprucht sind, machen sich nützlich, Männer hingegen machen sich wichtig (wenn ich mir diese polemische Aussage erlauben darf). Wenn ich mit meiner Gattin am Sonntagmorgen das Kaffeehaus aufsuche, kann ich das anhand des Altherrenstammtisches feststellen, der lautstark die Welt erklärt. Im sonntäglichen Pfarrcafe servieren hingegen auffallend mehr pensionierte Damen als Herren.

Nach meiner Überzeugung ist das deswegen so, weil Frauen, zumindest evolutionär und damit bisher auch gesellschaftlich-traditionell, viel mehr Erfahrung darin haben, sich um und für andere zu sorgen. Frauen machen diese Erfahrungen nicht nur als Mütter, sondern (statistisch gesichert auch öfter als Männer) als Krankenschwestern, Lehrerinnen, Sozialarbeiterinnen etc. Diese Erfahrung ist oft mühsam, aber offenbar auch schön und lohnend.

David Precht arbeitet in seinem interessanten Buch über die Liebe die Verliebtheit als ein „Spandrel“ der Nachwuchssorge des menschlichen Säugetiers heraus, das hier als ein wesentliches und evolutionär fundamentales Verhalten beschrieben wird. Das ist nicht verwunderlich, wenn man die lange Verweildauer und die Verletzlichkeit des Menschensäuglings bedenkt.

Oxytocinausschüttung wäre sozusagen die „Belohnung“ bei beiden Phänomenen (Nachwuchssorge und Verliebtheit). Soziale Sorge könnte, ähnlich argumentiert, die Fortsetzung des Sorgeverhaltens vom Familiären ins Soziale sein, eine ohnedies an den Grenzen verschwimmende Kategorisierung. Verzicht und Sorge wären dann nicht nur sozial und kognitiv, sondern unmittelbar körperlich wohltuend und genau das spüren wir ja auch, wenn wir sorgend verzichten.

Wer das bereits erfahren hat, gibt gerne, zuerst seinen Kindern (denn aus der Sorge für den Nachwuchs stammt das alles), dann seinen Freunden und zuletzt in einer Form des Lernens und Übertragens den Bedürftigen generell. Er braucht dann nicht mehr ermutigt zu werden, eher schon zurückgehalten, damit er nicht zuviel tut und vielleicht gar Schaden anrichtet an jenen,

denen er zuviel gibt und damit ihre Selbstständigkeit behindert. Hier leistet der schon zur Gewohnheit gewordene (und beinahe analfixierte) Ruf nach Abgrenzung („Schau auf dich!“) ohnehin seinen Dienst. Verzicht und Großzügigkeit holen das „Geben und Nehmen“ aus einer alleinigen Definitionsmacht der Wirtschaft als eine Form von Leistung und Gegenleistung wieder zurück zugunsten von freier Verfügbarkeit und Souveränität. Dies scheint mir auch für die Angehörigen von Sozialberufen, die ihre Arbeitskraft in diesem Terrain verkaufen, interessant und soll im Folgenden auch genauer argumentiert werden.

Männer sollten also schon aus purer Selbstliebe, nicht nur aus Fairness und Verpflichtung hier aufholen.

Dabei muss allerdings schon weiter überlegt werden, wie eine Gesellschaft beschaffen sein muss, dass eben nicht nur „arme, alte Frauen“ diese Aufgabe übernehmen.

### **3. VERZICHT NICHT ZUGUNSTEN VON JEMAND BESTIMMTEM ODER FÜR EIN BESTIMMTES ANLIEGEN, SONDERN ALS GRUNDSÄTZLICHE KORREKTUR DER INNEREN LANDKARTE: EIGENNUTZ ALS DIE HÖHERE ÜBUNG, „VERZICHT PUR“.**

Das wäre eine andere Variante von Verzicht: „Ich verzichte nicht für dich, sondern für mich.“ Ich verzichte, weil ich die Fülle für das weniger Erstrebenswerte halte und das Leben leichter wird, wenn ich etwas nicht habe oder nicht tue. Viel haben zu wollen ist ja an sich nicht schlecht. Zuerst geht es da um mein eigenes Wohlergehen (in der Gegenwart, und noch mehr in der Zukunft), dann um das Wohlergehen meiner Lieben, später um die Erweiterung dieses Begriffs auf andere. Da muss schon auf einiges verzichtet werden, aber insgesamt soll genug da sein. Dass es sich mit weniger leichter und möglicherweise sogar besser lebt, ist eigentlich ein radikaler Schritt, aber ein ungewohnter. „Ich sammle alles!“ hat mein Jüngster vor zwanzig Jahren gesagt, „Werft nichts weg, während ich studiere!“ , sagt er jetzt, immerhin schon eine zeitliche Relativierung.

Ich selbst gebe gern - meinen Kindern, Freunden oder bei sozialen Projekten. Aber gar beim Weggeben als solchem werden meine Stellungnahmen immer grundsätzlicher, d.

h., sie sind weiter von der Verwirklichung entfernt. „Wann wirfst du endlich deine Pullover weg, die dir für alle Zeit zu eng sind, oder ein paar von deinen Büchern, die du ohnehin gar nicht lesen kannst, weil du sie nicht mehr finden würdest, wenn du ein bestimmtes suchst?“, fragt meine Frau. „Morgen!“, sage ich dann immer.

Das ist nämlich eine ganz andere Art von Verzicht, und sie würde mich wirklich freimachen. Aber sie geht viel schwerer vonstatten, weil sie eben kein „automatisiertes evolutionäres Unterfutter“ hat. Wir sind eher „Sorger und Sammler“. Man kann sich dieser evolutionären Ausstattung aber auch für diese Art von Verzicht bedienen: Wenn es vielleicht noch wer brauchen kann, trenne ich mich leichter. In dem Mietshaus, in dem meine Tochter wohnt, stellen die Bewohner die Dinge, von denen sie sich trennen wollen, einfach an eine bestimmte Stelle am Gang, und wer sie haben will, nimmt sie sich einfach, bleibt es stehen, wird es von der Hausbesorgerin entfernt. Das sind elegante Brücken zum Verzicht höherer Art, weil sie nicht auf Moral rekurren („Zuviel Besitz ist ungerecht.“) oder auf Vernunft („Zuviel Besitz ruiniert den Planeten.“) - beides ist zwar (auch) stimmig, aber offensichtlich ineffizient -, sondern auf die solide Basis von Bedürfnissicherung durch Solidarität. Zudem hat es auch einen gegenseitigen Charakter, denn ich

**DAS IST JA AUCH EINE BEOBACHTUNG, DIE WIR IM ALLTAG HÄUFIG MACHEN: FRAUEN, WENN SIE FAMILIÄR ODER BERUFLICH NICHT MEHR SO BEANSPRUCHT SIND, MACHEN SICH NÜTZLICH, MÄNNER HINGEGEN MACHEN SICH WICHTIG (WENN ICH MIR DIESE POLEMISCHE AUSSAGE ERLAUBEN DARF).**

kann ja auch nehmen: eine moderne und lässige und, wenn man so will, populistische Form von Marcel Mauss Idee von Gabe (versus Tausch/Geld).

Dennoch: Ganz zum Schluss müssen wir ja alles hier lassen, unabhängig davon, wer und ob jemand das, was wir hinterlassen, nützen kann. Das werden wir nie wirklich wissen, egal wie Erbschaften geregelt werden.

Vielleicht sollten wir eine gelegentliche große Spende an unbekannt in Erwägung ziehen, als Übung sozusagen.

Verzicht ist also, und das wäre hier die Conclusio, nicht nur, wie vorher behauptet, gut und wohltuend („Oxytocinausschüttung durch Großzügigkeit“), sondern macht mich frei und damit vieles leichter. Das aber braucht „Brücken“, weil es offensichtlich nicht so „evolutionsnahe und biologisch unterstützt“ ist wie der Verzicht durch Sorge in Form der Großzügigkeit.

#### **4. VERZICHT UND GROSSZÜGIGKEIT NICHT NUR FÜR DICH UND MICH, SONDERN ALS MÖGLICHE ALLGEMEINE HANDLUNGSMAXIME.**

Vielleicht lohnt Verzicht nicht nur im Speziellen, sondern auch im Allgemeinen, und Geben und Nehmen, das immer mehr modern, also kapitalistisch, definiert wird, kann als „Verzicht und Großzügigkeit“ für das Zusammenleben zurückerobert werden. Peter Sloterdijk handelt das z. B. auch am Beispiel des Steuerzahlers ab. Der tut das, was er tut, nicht mehr mit dem Stolz des Sozialverantwortlichen, der eine soziale Notwendigkeit begreift und mit seinen Mitteln beantwortet, sondern unter dem Druck der Verpflichtung und dem permanenten Verdacht, er hätte dem Staat etwas vorenthalten.

Sorge wird also immer mehr wirtschaftlich verhandelt und damit in die Gesellschaft ausgelagert. Ein Teil davon sind auch Sozialleistungen, die immer mehr professionalisiert und wirtschaftlich abgegolten werden sollen, wie etwa bezahlte Verwandtenpflege und Elternschaft. Auch Sozialberufe

sind Teil dieser Auslagerung. Das hat nicht nur gesellschaftliche Auswirkungen, sondern auch individuelle auf die diese Berufe Ausübenden selbst, denn: Wer will denn am Abend noch gut sein, wenn er es den ganzen Tag beruflich war? Wer will am Abend noch reden, wenn er es den ganzen Tag in der Praxis getan hat ...?

### 5. EINIGE THESEN, DIE VERZICHT FÜR DEN EINZELNEN LEICHT UND ATTRAKTIV MACHEN KÖNNEN.

Vielleicht lohnt Verzicht nicht nur im Speziellen, sondern auch im Allgemeinen, und Geben und Nehmen, das immer mehr modern, also kapitalistisch, definiert wird, kann als „Verzicht und Großzügigkeit“ für das Zusammenleben zurückerobert werden. Peter Sloterdijk handelt das z. B. auch am Beispiel des Steuerzahlers ab. Der tut das, was er tut, nicht mehr mit dem Stolz des Sozialverantwortlichen, der eine soziale Notwendigkeit begreift und mit seinen Mitteln beantwortet, sondern unter dem Druck der Verpflichtung und dem permanenten Verdacht, er hätte dem Staat etwas vorenthalten. Sorge wird also immer mehr wirtschaftlich verhandelt und damit in die Gesellschaft ausgelagert. Ein Teil davon sind auch Sozialleistungen, die immer mehr professionalisiert und wirtschaftlich abgegolten werden sollen, wie etwa bezahlte Verwandtenpflege und Elternschaft. Auch Sozialberufe sind Teil dieser Auslagerung. Das hat nicht nur gesellschaftliche Auswirkungen, sondern auch individuelle auf die diese Berufe Ausübenden selbst, denn: Wer will denn am Abend noch gut sein, wenn er es den ganzen Tag beruflich war? Wer will am Abend noch reden, wenn er es den ganzen Tag in der Praxis getan hat ...?

### 5. EINIGE THESEN, DIE VERZICHT FÜR DEN EINZELNEN LEICHT UND ATTRAKTIV MACHEN KÖNNEN.

- Verzicht (sozusagen „fasten versus hungern“) macht frei: Man muss weniger verwalten und sich darum sorgen.
- Verzicht macht einfallreich und gescheit: Wenn beispielsweise in einer Familie ein Auto weniger zur Verfügung steht (weil es der Jüngste in seiner ersten Fahrbegeisterung zu Schrott gefahren hat), entstehen wirklich neue Ideen und Verhaltensweisen bezüglich der Menschenbeförderung und ihrer Notwendigkeit. Diese Anregung kann schicksalhaft passieren, wäre aber durchaus auch absichtsvoll möglich.
- Verzicht macht reich: „Meine“ Bilder hängen eben nicht bei mir zu Hause, sondern in der Sammlung

Leopold und im Kunsthistorischen Museum (so viele Bilder könnte ich mir privat nie leisten, samt Kuratoren und Experten).

- Verzicht macht's leicht: Ich muss nicht auf meine Bilder aufpassen.
- Verzicht macht sozial: Man lernt einfach mehr Leute kennen, wenn man nicht alles selber zu Hause hat (Swimmingpool und Heimkino versus Hallenbad und Filmfestival).
- Verzicht kommt dem Verlust zuvor und hält uns handlungsfähig und souverän.

### 6. EINIGE THESEN ZU MÖGLICHEN FÖRDERLICHEN BEDINGUNGEN FÜR DIESEN VERZICHT.

- Der Verzichtende müsste wissen, dass er nicht ganz verlieren kann, also dass „arm sein“ nicht gefährlich ist, sondern bloß entbehrensreich: Das wäre beispielsweise die Mindestsicherung im Gegensatz zu früheren Zeiten - aber sozial und kognitiv hat uns das nicht wirklich erreicht.
- Armut sollte weiters keine Schande sein Dieser alte Grundsatz sollte wieder stimmen können. Denn wir haben kein wirkliches Ideal der Armut mehr (wie beispielsweise in früheren Zeiten, als Heilige, wie etwa der heilige Franziskus, als Vorbilder galten). Das ist allerdings nicht verwunderlich, wenn die Medien fast ganz im Einflussbereich jener sind, die vor allem an Konsum interessiert sind.
- Wer arm ist, sollte deswegen kein Versager sein (weder sozial noch persönlich)

In meiner Kindheit war das noch ein bisschen anders als heute. Kurz nach dem Krieg gab es Armut noch häufig, oft auch im Zusammenhang mit Vertreibung oder Flucht (etwa auch 1956), sodass eine generelle Stigmatisierung als „untüchtig“ und damit als „unnötig“ gesellschaftlich weder möglich noch sinnvoll war - im Gegenteil, die Armut war noch kein so wesentliches Beschreibungsmoment in der gesellschaftlichen Beurteilung wie heute und hat oft die soziale Wahrnehmung von Eigenschaften ermöglicht, die jenseits von erfolgreich/nicht verwirklicht waren. Arme Leute waren we-



niger „gescheiterte Existenzen“ als geachtete, aber manchmal auch eigenartige Mitmenschen: Dazu gehörte die verarmte Gräfin, die unweit vom Schloss ihrer wohlhabenden Verwandten (Ferrari, Maserati, Porsche) in einem kleinen Zimmer hauste und sich mehr schlecht als recht mit „Französisch-Nachhilfe“ durchbrachte (die Nachfrage war da nämlich nicht so groß), wie der erfolglose Jazzmusiker, dessen Talent für eine Karriere in der Stadt nicht reichte, der am Land aber auch keine volkstümliche Unterhaltungsmusik (dafür war sein Können allemal tauglich) spielen mochte. Sie waren beide genauso angesehen wie die alte Klosterfrau, die alljährlich im Herbst für die Caritas sammelt und noch reale Gaben, also nicht nur Geld, dankbar entgegennimmt.

In den späten 60ern und frühen 70ern gab es dann kurz die Idee (sie war weniger links als anarchistisch), dass „nichts haben“ „nichts zu verlieren haben und damit frei zu sein“ bedeutete. Konsumverzicht und -verweigerung wären die Mittel dazu und außerdem gesellschaftlich relevant, „revolutionär geradezu“.

Das hat für die ganze Gesellschaft gegolten. Autofreie Tage, als Folge der Ölkrise 1973 (Wer würde sich das heute zu verordnen trauen ...?) waren eher eine Herausforderung als eine Pönitentz (zumindest für manche) und haben zu kleinen intelligenten Lösungen (Fahrge-

## WIE MÜSSTE NUN EINE PERSÖNLICHE ERFAHRUNG BESCHAFFEN SEIN, DAMIT DER VORGANG VON VERZICHT UND GROSSZÜGIGKEIT WIEDER AUS DER DEFINITION VON LEISTUNG UND BEZAH-LUNG HERAUSTRETEN KÖNNTE?

meinschaften etc.) geführt. „Small“ (das Zitat stammt vom Österreicher Leopold Kohr) war tatsächlich kurz „beautiful“. Aber dann mussten wir die Kinder erziehen, die heute so teuer studieren, und hatten buchstäblich keine Zeit mehr für den Verzicht ...

Wie kann das alles nun aber (wieder-)gewonnen werden? Was wären einladende und relevante Grundlagen,

die Verzicht und Großzügigkeit für den Einzelnen leicht machen?

### 7. PERSÖNLICHE ERFAHRUNG UND DAS ERLEBEN VON SORGE UND VERANTWORTUNG FÜR ANDERE ALS GRUND-LAGE FÜR VERZICHT UND GROSSZÜGIGKEIT

Was müsste, um nicht appellativ zu versenden, eine Gesellschaft bereitstellen, damit Verzicht dem Einzelnen leichter fiele, wie könnte das systemisch argumentiert werden.

Die Schlagworte, die wir aus unserem Verständnis für Veränderung hier einbringen können, wären: Einerseits Erfahrungen zu machen und andererseits eine Orientierung bezüglich dieser Erfahrung zu erlangen.

Wie müsste nun eine persönliche Erfahrung beschaffen sein, damit der Vorgang von Verzicht und Großzügigkeit wieder aus der Definition von Leistung und Bezahlung heraustreten könnte?

Die Erfahrung von Verzicht und Großzügigkeit wird immer öfter bloß behauptet und damit verkauft als tatsächlich gemacht. Auf den wenigen Hundert Metern vom Kaffeehaus zu meinem Arbeitsplatz kann ich Kindern in Afrika das Augenlicht zurückgeben, andere auf der Welt vor Krebs retten, wieder andere vor dem Verhungern, Tiere vor einem unwürdigen Tod oder vor dem Aussterben und überhaupt den ganzen Globus vor dem Untergang, nur für ein paar Euro im Monat, die automatisch abgebucht werden. Nur ein Tourist will „wirklich“ etwas von mir: Ich soll ihm 10 Euro wechseln, damit er ein Einkaufswa-gel chartern kann - und wo er günstig essen kann, will er wissen. Ich schenke ihm einen Euro, erkläre ihm die Gastronomie der Stadt und mache dabei eine kleine persönliche Erfahrung von Nützlichkeit.

Jetzt wird mir auch klar, warum viele ältere Menschen oft Hunde haben: Sie ermöglichen eine „reale“ Erfahrung, die sinnlich spürbar ist, die aber auch scheitern kann - ganz im Gegensatz zur Spende bei „Licht ins Dunkel“, die eher an einen Freikauf erinnert. Die Haustiere, die wir gehalten und auch beerdigt haben, haben wohl meinen Kindern dasselbe vermittelt, wie die vielen

Wauwaus ihren Herrln und Frauerln: „Ich brauche dich, auf dich kommt's an, sonst gehe ich nämlich ein!“ Computerspiele sollten daher vielleicht nur in Kombination mit einem Haustier abgeben werden. Stirbt das Tier, muss man das PC-Spiel ohne Kostenersatz sofort zurückgeben und bekommt kein neues mehr. Ohne Scherz, vielleicht sollten wir unseren Lieben, die uns anvertraut sind, auch unserseits mehr anvertrauen (also nicht nur den „Kleinen Prinzen“ zu lesen geben, sondern den alten Dackel übergeben, somit Verantwortung zumuten, die tragbar ist, Hilfe anbieten, wenn es nötig ist und auch ein Scheitern mit Folgen einkalkulieren). Hunde und Hamster kann man nicht abschalten, das unterscheidet sie von bloß imitativen Puppen. Wer das Haustier nicht füttert, der riskiert, dass es stirbt - und zwar wirklich. Man muss es dann begraben und kann es nicht umtauschen und upgraden auf ein robusteres Modell.

Als meine Frau und ich noch keine Kinder hatten, haben wir jahrelang ein afrikanisches Kind unterstützt (nur mit Geld versteht sich), das vor allem daran gelitten hatte, dass es nicht älter geworden ist, und uns jahrelang dieselben Briefe geschrieben hatte, aber außer uns scheint diese eigenartige Entwicklungsverzögerung niemand aufgefallen zu sein.

Das Ziel wäre hier, wieder aus der Umklammerung von nicht sinnlich nachvollziehbarer moderner und bloß imitierter Erfahrung herauszufinden, die sowohl technisch (Tamagochi) als auch sozial (Teilnahme an TV-Unterhaltung in der Vorweihnachtszeit) angelegt sein kann.

## 8. ABSCHLIESSEND

Mir ist schon klar, dass hier von Verhaltensweisen - sowohl auf der familiären, als auch auf der sozialen Ebene - die Rede ist, die dem mainstream entgegenstehen, die immer öfter und zunehmend Gegenstand von Sehnsüchten sind und nicht ein Handeln in der Realität darstellen. Zumindest sagen uns das die Erforscher zukünftigen Zusammenlebens so voraus: Generaliter wird alles, was bisher aus familiärem oder sozialem Zusammenhalt getan wird (pflegen, versorgen, erziehen, trösten, zuhören, helfen, bereitstehen, tätig werden)

aus den bisherigen sozialen Bezugssystemen immer mehr ausgelagert und professionell organisiert und verrechnet.

Die Verhaltensweisen, die hier beschrieben werden, sind im Moment also sowohl als praktische, als auch als wünschenswerte eher ein Nischenprodukt geworden. Auch gut, denn in Nischen lässt es sich besser ausprobieren, variieren und verändern.

Deswegen wird hier in den Feldern der Bildung und Erziehung für Probehandeln und vorsichtige Verantwortung unter Anleitung plädiert: Wir sollten unseren Kindern Lebendiges wirklich anvertrauen: Pflanzen, Tiere, Geschwister, alte Menschen - und nicht nur die Verantwortung für sich selbst (hier gibt es ja Programme und Schlagworte genug), sondern eben auch für andere. Das eine ist so „real“ (immer im Kontext) wie das andere. Aber nicht nur den Kindern, auch den Erwachsenen gehörte das wieder vermehrt liebevoll zugemutet: Ich bin es leid, schon beim Morgenjournal die Verantwortung für den Planeten aufgebürdet zu bekommen. Ich würde lieber dafür sorgen, dass ein kleines Stück meiner Welt in meiner Obhut steht (ohne das das niedlich und banal ist). Zur Zeit der atomaren Bedrohung vor zwanzig Jahren habe ich ständig die Idee gehabt, man sollte alle Atomwaffen anteilmäßig auf alle Gemeinden in der Welt aufteilen, und die Menschen müssten dann auf ihren Schrecken selbst aufpassen. So etwas Ähnliches würde ich mir jetzt auch wünschen, eine Obhut, die über eine reine „Beschäftigungstherapie“ hinausgeht.

Vielleicht kann es ein bisschen gelingen, „Geben und Nehmen“, „Haben und nicht Haben“ aus den immer selbstverständlicher gewordenen wirtschaftlichen Definitionen, die ausschließlich in den Kategorien berechenbaren Tausches formuliert werden, wieder ins allgemein menschliche Handeln hineinzudefinieren - der Mensch als ein freies Subjekt, das Sachzwängen nicht nur unterworfen ist, sondern ihnen mit Stolz gegenübersteht. Das führt uns natürlich wieder zum Anfang zurück, zum jeweils einzelnen. Freiheit kann man nämlich nicht abwarten, man muss sie sich (heraus-)nehmen.

In dem Sinn: Leisten wir uns doch einen Vorschuss auf Verzicht und Großzügigkeit.

P.S.: Was das jetzt mit systemischer Therapie zu tun haben soll, weiß ich nicht so genau. Ist das praxisrelevant? Zuerst waren meine Gedanken systemisch animiert, aber ob sie auf meine Arbeit zurückwirken werden ...? Ich denke, zumindest bei der Überlegung: Wie geht es mir damit, dass ich (und viele andere) etwas, das dem „Sorgebereich“ entstammt, also mein therapeutisches Tun, Tag für Tag auch wirtschaftlich verhandeln, also es verkaufen muss? Das war mir noch nie so klar und wird mich noch viel beschäftigen, und zwar nicht nur als eine psychohygienische Frage.

Was unter therapeutischen Gesichtspunkten noch wichtig sein kann, ist die Tatsache, dass diese Fragen häufig auch in der Therapie vorkommen - als Sorge nicht für, sondern um etwas oder jemanden (um die Zukunft der Kinder, des Planeten etc.), als Ratlosigkeit und Angst vor der Zukunft, als Kränkung über den Verlust von Perspektive oder von Ressourcen (etwa durch die vergangene Bankenkrise). Auch wenn wir hier inhaltlich neutral sein wollen, sollten wir uns Gedanken über diese Phänomene gemacht haben, wenn wir hilfreiche Hypothesen im Zusammenhang mit Lösungsansätzen bilden wollen.

#### **DR. HELMUT DE WAAL**

ist Klinischer Psychologe, Psychotherapeut in freier Praxis (Steyr), Supervisor, Lehrtherapeut an der la:sf, Lehrbeauftragter am Institut für Erziehungswissenschaften der Universität Innsbruck; Autor zahlreicher Fachpublikationen

#### **BIBLIOGRAFIE**

- Badinter E.: Die Mutterliebe. München 1981  
De Waal H.: Über die Sorge - Rehabilitierung eines in Verruf geratenen Begriffs. Systemische Notizen 02/09 Wien  
Mauss Marcel: Die Gabe. Die Form und Funktion des Austauschs in archaischen Gesellschaften. Frankfurt am Main 1990, S. 11 f.  
Precht D.: Liebe. München 2009  
Sedlacek Tomas: Die Ökonomie von Gut und Böse, München 2012  
Sloterdijk P.: Zorn und Zeit. Frankfurt am Main 2006

Anzeige

STAF

## VERANSTALTUNGEN

23. November 2012, 15.30–19 Uhr (4 AE) in Salzburg  
SUPERVISION: „**EMDR SUPERVISIONSGRUPPE**“

**Dr.<sup>in</sup> Brigitta Beghella**, (Salzburg–Wien)  
Teilnahmegebühr: € 100,-,  
(begrenzte TeilnehmerInnenzahl)  
Anmeldeschluss: 23. Oktober 2012

1. Dezember 2012, 9.30–13 Uhr (4 AE) in Salzburg  
SUPERVISION: „**EMDR SUPERVISIONSGRUPPE**“

**Dr.<sup>in</sup> Brigitta Beghella**, (Salzburg–Wien)  
Teilnahmegebühr: € 100,-,  
(begrenzte TeilnehmerInnenzahl)  
Anmeldeschluss: 1. November 2012

7. Dezember 2012 in Salzburg

SEMINAR: „**PAARTHERAPEUTISCHE INTERVENTIONEN**“  
**Univ.Doz. Dr. Konrad Peter Grossmann**, (Linz–Wien)  
Teilnahmegebühr: € 160,- bei Überweisung bis zum  
7. Oktober 2012 Frühbucherbonus € 120,-  
Anmeldeschluss: 7. November 2012

Vorschau 2013

3-teiliges Curriculum „**EMDR UND TRAUMATHERAPIE MIT KINDERN UND JUGENDLICHEN**“  
mit Dipl.Psych. **Dagmar Eckers** (Berlin) in Salzburg  
**Seminar I**

1. 2. 2013 14–19.45 Uhr, und 2. 2. 2013 9–17.30 Uhr  
Anmeldeschluss: 1. Dezember 2012

**Seminar II**

19. 4. 2013, 14–19.45 Uhr, und 20. 4. 2013, 9–17.30 Uhr  
Anmeldeschluss: 19. Februar 2013

**Seminar III**

15. 11. 2013, 14–19.45 Uhr, und 16. 11. 2013, 9–17.30 Uhr  
Anmeldeschluss: 15. September 2013

**Teilnahmegebühr** für jedes einzelne Seminar jeweils  
€ 360,-

6.–7. September 2013 in Salzburg

SEMINAR: „**EMDR TOOLBOX BEI KOMPLEXER PTBS**“  
mit **Jim KNIPE Ph.D.** (Colorado USA)

**STAF**

Institut für Systemische Therapie,  
Supervision, Ausbildung und Forschung  
5020 Salzburg, Girlingstraße 47

Weitere Informationen unter [www.staf.or.at](http://www.staf.or.at)  
Anmeldung bei [office@staf.or.at](mailto:office@staf.or.at)