

## Philosophie: Was ist das gute Leben?

Alles hängt davon ab, ob es zwischen der Welt und uns einen Draht gibt, der vibriert.

**Hartmut Rosa**

AUS DERZEIT NR. 25/2013



Was ein gutes Leben ist, muss jeder für sich selbst entscheiden. Darüber lässt sich nichts Verallgemeinerbares sagen. Wirklich nicht? Als meine Großmutter im Sterben lag und gefragt wurde, was sie in ihrem Leben anders machen würde, wenn sie es noch einmal leben könnte, meinte sie: Nicht viel. Aber sie hätte nicht mehr so viel Angst. Diese Aussage ist erstaunlich verallgemeinerbar: Sich weniger gesorgt und mehr um die Freunde gekümmert zu haben ist ein Wunsch, den viele Menschen rückblickend für ihr Leben haben. Angst haben aber ist eine Weise der Weltbeziehung. Welche Alternativen gibt es? Machen wir ein Gedankenexperiment:

7 Uhr. Anna sitzt am Frühstückstisch. Neben ihr sitzt ihr Mann, ihr halbwüchsiger Sohn und ihre fast schon erwachsene Tochter kommen hinzu. Die Kinder strahlen sie an – sie strahlt zurück. Mein Gott, wie lieb ich sie habe, denkt sie. Diese gemeinsamen Momente vor dem Aufbruch am Morgen gehen mir über alles.

8 Uhr. Auf dem Weg zur Arbeit lacht die Sonne. Anna genießt die Wärme, sie freut sich auf die Aufgaben, die vor ihr liegen, auf das Wiedersehen mit den Kollegen. Sie hat Lust, loszulegen.

18 Uhr. In der Turnhalle. Anna ist froh, sich endlich bewegen zu können, sie liebt das Spielerische, das manchmal Ästhetische, das oft Überraschende und auch das Kämpferische beim Volleyball mit ihrer Freizeitgruppe – die Leute, das Spiel, die Bewegung tun ihr gut, gleichgültig, ob sie gewinnt oder verliert.

Ganz anders ergeht es Hannah.

## Weltbeziehung voll Misstrauen

7 Uhr. Hannah sitzt am Frühstückstisch. Neben ihr sitzt ihr Mann, ihr halbwüchsiger Sohn und ihre fast schon erwachsene Tochter kommen hinzu. Die schlechte Laune ist sicht-, spür- und greifbar. Mein Gott, wie ich das hasse, denkt Hannah. Was habe ich mit diesen Leuten zu schaffen? Was verbindet mich mit ihnen, außer dass ich für sie sorgen muss?

8 Uhr. Auf dem Weg zur Arbeit scheint die Sonne. Hannah hasst das grelle Licht, sie fürchtet sich vor Sonnenbrand. Missmutig denkt sie an die Arbeit, die vor ihr liegt. Mir reicht es schon, denkt sie, die immer gleich dumpfen Gesichter meiner Kollegen sehen zu müssen, ihre immer gleichen Sprüche zu ertragen.

18 Uhr. In der Turnhalle. Hannah fragt sich, was sie hier tut. Sicher, sie braucht Bewegung, aber muss sie sich wirklich nach der Arbeit noch abrackern? Ihr wird schon schlecht vom Geruch der Halle. Sie trifft die Bälle nicht richtig, sie ist genervt, weil die Mitspieler zu ehrgeizig sind. So ist sie froh, wenn es vorbei ist.

Es bedarf keiner waghalsigen Interpretationsleistungen, um hier zu urteilen, dass Anna einen gelungenen, Hannah dagegen einen misslungenen Tag erlebte, obwohl die Abläufe sich nicht unterschieden. Wenn sich die Differenz zwischen den beiden aber als ein regelmäßiges Muster erweist – haben wir dann nicht gute Gründe, zu sagen, Anna habe ein gutes Leben, Hannah dagegen ein eher bescheidenes? Vermutlich ist Annas Leben auf der Erscheinungsebene durch häufiges Lachen und Singen, vielleicht auch durch Tanzen charakterisierbar, während Hannah eher mit den Attributen des Verschlussenen, vielleicht des Verbitterten gekennzeichnet ist: Ihre Weltbeziehung ist von Misstrauen, Abwehr und einem Moment der Starrheit geprägt.

Hafenarbeiterin und Karrierefrau

Was nun hat die Soziologie zu einer solchen Differenz zu sagen? Was wissen wir über die Bedingungen, die das eine und das andere Weltverhältnis begleiten oder bestimmen? Vorderhand nichts, jedenfalls nicht viel. Soziologen operieren mit Konzepten wie Wohlstand, Bildung, Status und Ressourcenverteilung, um über

Lebensqualität zu urteilen: Höheres Einkommen, mehr Bildung, bessere Sozialkontakte gelten als Indikatoren für Wohlergehen.

Dabei wird im Grunde stillschweigend unterstellt, dass Annas Tag eher repräsentativ für die "oberen", Hannahs Tag dagegen eher kennzeichnend für die "niederen" sozialen Schichten ist – was nicht ganz unplausibel ist, aber auch eine unverschämte und paternalistische Unterstellung. Denn genauso wenig, wie bei einem Maler eine gute Staffelei, teure Leinwand, hochwertige Pinsel und leuchtende Farben ein gelungenes Bild bedeuten, sichert eine gute Ressourcenausstattung ein gutes Leben. Im Gegenteil kann die einseitige Fixierung auf die stetige Verbesserung der Ressourcenausstattung das Gelingen von Kunst und Leben geradezu verhindern.

In jedem Fall können wir uns leicht vorstellen, dass Anna Hafenarbeiterin ist, während Hannah als erfolgreiche Karrierefrau tätig ist. Mithin lautet die Frage: Gibt es angebbare, soziologisch und politisch relevante Gründe dafür, dass das Leben eher die Gestalt von Annas oder aber von Hannahs Tagen annimmt? Und wenn ja: Welche sind das?

## Das Leben gelingt, wenn wir es lieben

Das Leben gelingt, so scheint Annas Fall zu lehren, wenn wir es lieben. Wenn wir eine geradezu libidinöse Bindung an es haben. "Es", das sind die Menschen, die Räume, die Aufgaben, die Dinge und Werkzeuge, die uns begegnen und mit denen wir zu tun haben.

Wenn wir sie lieben, entsteht so etwas wie ein "vibrierender Draht" zwischen uns und der Welt. Dieser Draht wird einerseits gebildet durch das, was Sozialpsychologen intrinsische Interessen nennen: Anna liebt ihre Familie, ihre Arbeit und das Volleyballspielen; sie interessiert sich für diese Bereiche um ihrer selbst willen. Hannah dagegen arbeitet, um Geld zu verdienen, sie braucht ihre Familie, um nicht alleine zu sein, sie spielt Volleyball, um schlank zu bleiben.

Andererseits vibriert Annas Draht, weil ihre Selbstwirksamkeitserwartungen intakt sind: Sie hat das Gefühl, ihre Familie, ihre Arbeitskollegen und die Volleyballfreunde "zu erreichen" und in den jeweiligen Sphären etwas bewirken oder bewegen zu können. Dadurch erfährt sie sich auch selbst als beweglich, als "berührbar": Sie lässt sich erreichen, bewegen und ergreifen, von anderen Menschen, von Musik, von Geschichten, von Herausforderungen.

## Stumme Resonanzachsen

Die Ausbildung von Selbstwirksamkeitserwartungen und von intrinsischen Interessen wiederum korreliert mit der Erfahrung von sozialer Anerkennung: Ohne Liebe, Achtung und Wertschätzung bleibt der Draht zur Welt – bleiben die Resonanzachsen – starr und stumm. In der Summe lässt sich sagen: Anna fühlt sich

in der Welt und im Leben aufgehoben und getragen, Hannah dagegen fühlt sich in die Welt geworfen, ihr ausgesetzt.

Wer unglücklich und, im Extremfall, depressiv ist, dem erscheint die Welt stumm, leer, feindlich, farblos, und zugleich erfährt er das eigene Selbst als kalt, tot, leer, taub. Die Resonanzachsen zwischen Selbst und Welt bleiben stumm. Folgt daraus nicht im Umkehrschluss, dass das gelingende Leben durch "offene", vibrierende, atmende Resonanzachsen gekennzeichnet ist, die die Welt tönend und farbig und das eigene Selbst bewegt, sensitiv, reich werden

## Libidinöse Weltbeziehungen

Sicher, diese Achsen sind von Mensch zu Mensch und von Kultur zu Kultur verschieden: Man muss nicht Volleyball lieben, um ein gutes Leben zu haben, man muss nicht einmal eine Familie haben - dem Polarforscher beginnt das Eis zu atmen, und auch dröhnende Formel-1-Motoren oder Heavy-Metal-Gitarren können libidinöse Weltbeziehungen stiften. Aber dass das gelingende Leben durch die Intaktheit von Resonanzachsen, das misslingende dagegen durch deren Abwesenheit oder Verstummen gekennzeichnet sind - kann man das ernsthaft bestreiten? Wodurch aber wird ihre Ausbildung ermöglicht?

Es scheint plausibel, dass eine Vielzahl von Faktoren eine Rolle dabei spielen. Es gibt Handlungskontexte, in denen es angezeigt ist, eiskalt zu agieren; es gibt Institutionen, welche die Verflüssigung der Weltbeziehung begünstigen, und solche, die sie behindern, und das Gleiche lässt sich für kulturelle Traditionen vermuten. Auch Alter und Geschlecht und sogar Klima und Geografie und bestimmt auch der Hormonspiegel mögen einen Einfluss haben.

Wettbewerb und Beschleunigung aber, so steht zu vermuten, sind Resonanzkiller, weil sie systematisch Angst erzeugen, Angst davor, abgehängt zu werden, nicht mehr mithalten zu können, oder aber: immer schneller laufen und mehr leisten zu müssen, nur um den Platz in der Welt zu halten. Diese Angst aber, so haben wir eingangs gesehen, stiftet eine problematische Weltbeziehung. Warum wissen wir über all das fast nichts? Die strikte Privatisierung der Frage nach dem guten Leben war ein historischer Fehler - es ist an der Zeit, ihn zu korrigieren!

HARTMUT ROSA ist Professor für Theoretische und Allgemeine Soziologie an der Friedrich-Schiller-Universität Jena. Zuletzt erschien von ihm im Suhrkamp Verlag Beschleunigung und Entfremdung