

## DIE BUCHEGGER-DENKSTELLE

zum Nachdenken und Schmunzeln

[www.buchegger.de](http://www.buchegger.de)

# Die Denkstelle

von

Otto Buchegger

zum Nachdenken und zum Schmunzeln

Ausgabe 2009

Nachdruck als e-Book 2015

**[www.buchegger.de](http://www.buchegger.de)**

## Umschlaggestaltung und Farbsudoku: Otto Buchegger

Eine Garantie für die Ratschläge und Hinweise kann nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Impressum

<http://www.buchegger.de/otto-buchegger.html>



2015 Dr. Otto Buchegger Tübingen

## **Vorwort**

Es lohnt sich nicht, im Leben alles bitter ernst zu nehmen. Oft sind Satire, Humor, vielleicht sogar auch Spott, die besseren Methoden, den Alltag zu überwinden. Darum habe ich gelegentlich versucht, mir auf diese Weise meinen Ärger im Internet von der Seele zu schreiben, aber auch, meine Einsichten zu dokumentieren und siehe da, es hat auch manchen Lesern gefallen.

Zu meinem 65. Geburtstag gibt es jetzt einige Abschnitte von [www.buchegger.de](http://www.buchegger.de), der Buchegger-Denkstelle im Internet, auch in Buchform. Wer will, kann dies als eine Form von Memoiren ansehen, es spiegeln sich tatsächlich viele Erlebnisse und Erfahrungen darin wieder.

Ich habe versucht, die Interessen eines breiteren Publikums anzusprechen, manches aber wird doch abstrakt bleiben und nur für jene verständlich, die mich persönlich kennen.

Primäre Zielgruppe dieser Denkstelle sind die Menschen in der Mitte ihres Lebens, mit schon reicher Erfahrung und noch voll aktiv im Berufsleben.

Das Lesen dürfte sich schon deshalb lohnen, weil die Textauswahl sehr abwechslungsreich ist! Wem ein Kapitel nicht gefällt, der überblättert es einfach! Wem aber das Buch gefällt, der schenkt es weiter!

## Inhaltsverzeichnis

<a href="#">Dummheit.....</a>	<a href="#">7</a>
<a href="#">Deutsche Mythen.....</a>	<a href="#">20</a>
<a href="#">Rauchen.....</a>	<a href="#">41</a>
<a href="#">Entscheidungen.....</a>	<a href="#">47</a>
<a href="#">Midlife Crisis.....</a>	<a href="#">62</a>
<a href="#">Quintessenz.....</a>	<a href="#">73</a>
<a href="#">Trost finden.....</a>	<a href="#">74</a>
<a href="#">Der Sinn des Lebens.....</a>	<a href="#">84</a>
<a href="#">Theorien – Analogien.....</a>	<a href="#">86</a>
<a href="#">Zehn Minuten Zufriedenheit.....</a>	<a href="#">108</a>
<a href="#">Dein Hobby.....</a>	<a href="#">112</a>
<a href="#">Ein Lob auf das Loben.....</a>	<a href="#">118</a>
<a href="#">Pausenmanagement.....</a>	<a href="#">123</a>
<a href="#">Lüge und Wahrheit.....</a>	<a href="#">130</a>
<a href="#">Glück.....</a>	<a href="#">144</a>

## Dummheit

Dummheit hat mich oft in meinem Leben beschäftigt. Besonders bei meinem langen Aufenthalt in meiner Jugend in Wien, später dann in vielen Reisen in die USA und jetzt im Alter in meinem Wohnsitz hier in Tübingen wurde ich oft mit ihr, wenn auch in verschiedenen Dimensionen, konfrontiert.

In meiner Jugend war die Hauptmotivation, nicht zu den Dummen zu gehören. Oft habe ich seinerzeit Intelligenztests gemacht, mich auf diesem Gebiet weitergebildet und trainiert, um zu den Intelligentesten zu gehören. Irgendwann habe ich dann den Aufnahmetest zu einem Klub hochintelligenter Menschen bestanden und bin auch zu Schnupperabenden gegangen. Meine Enttäuschung war riesengroß. Vorgefunden hatte ich dort zwar sicherlich nach der Definition „hochintelligente“ Menschen, die mir aber ziemlich lebensfremd erschienen. Mit einem Wort, ich hatte die verkehrten Menschen gesucht und diese leider auch gefunden.

Intelligenz hat offenbar nichts oder nur wenig mit Bildung zu tun, denn das war es, was ich wirklich suchte. Mir wurde in Wien auch zum ersten Mal klar, dass es einen großen Unterschied zwischen Intelligenz und Klugheit gibt. Die Wiener haben in einem Jahrhunderte langen Anpassungsprozess an ihre komplexe Umwelt gelernt sich häufig unehrlich zu verhalten, z.B. nie offen zu sagen, was sie wirklich denken. Denn es ist sicher oft gefährlich dies zu tun. Also verhalten sie sich klug mit ihrer Unehrlichkeit

Als Wiener war mir dies selbst gar nicht klar und mir wurde es erst richtig bewusst, wie ich in eine brutal ehrliche Umgebung des Schwabenlandes kam. Auf der einen Seite habe ich richtig aufgeatmet, dass ich mich auf

Aussagen verlassen konnte, aber auf der anderen Seite musste ich natürlich auch die verletzende Seite der Ehrlichkeit oft erfahren. Aber insgesamt hat mir doch die ehrliche Grundmotivation gut gefallen, sie hat meiner Herkunft aus Oberösterreich besser entsprochen.

Als Zwischenbemerkung muss ich hier einschieben, dass ich eine Computerfirma 20 Jahre als meinen Arbeitgeber hatte. Die besondere Mischung von hochintelligenten Menschen, die auch beruflich sehr erfolgreich waren und sich auch im komplexen, realen Leben sehr bewährt haben, war wunderbar. In dieser Umgebung konnte man sich - zumindest meistens - auf Aussagen verlassen.

Aber zwei Probleme waren häufig zu beobachten, erstens die Menschen, die nicht mit ihrer Macht umgehen konnten und stellenweise ihre Intelligenz zu sehr mit Bosheit, gelegentlich sogar fast mit zerstörerischer Energie, gepaart hatten und dann die vielen leptosomen Typen, die bei ihrem angestrebten Perfektionismus stark selbstmordgefährdet waren. Aber Dummheit war, zumindest in meinen Umgebungen, tatsächlich kein Thema.

„Das Problem in unserer Gesellschaft ist die Dummheit. Ich sage nicht, dass man Dummheit generell bestrafen soll, aber warum beseitigen wir nicht einfach alle Warnhinweise und das Problem löst sich von selbst?“

Ganz anders dann die Aufenthalte in den USA. Hier war die Konfrontation mit der Dummheit alltäglich. Erstens das Fehlen von (Schul-) Bildung, der hohe Anteil von Analphabetismus (30%) ist überall zu spüren. Selbst Akademiker waren davor nicht gefeit, sie konnten zwar lesen und schreiben, aber nur mühsam und mit vielen Fehlern und für mich triviale Rechenaufgaben, wie der Dreisatz, waren auch ihnen nicht immer geläufig.

Meine häufigen Frusterlebnisse mit der amerikanischen Dummheit haben mich oft schier verzweifeln lassen und sie haben auch die Grundlage für diese Ansammlung von den folgenden Kriterien gelegt. Aber irgendwann habe ich der ganzen Sache etwas Positives abgewonnen und es mit „Amerika ist anders“ erklärt. Nach einem fast aussichtslos erscheinenden Kampf gegen eine Behörde, haben wir zur Erinnerung an unseren Sieg in der Familie sogar jährlich den „American Stupidity Day“ gefeiert.

Es war der amerikanische Pragmatismus, der mich dann oft begeistert hat und auch der fehlende Respekt gegenüber dem Etablierten, kurz zusammengefasst in SO WHAT (am besten mit NA UND übersetzt).

Lediglich mein Umgang mit amerikanischen Einrichtungen erinnert mich immer wieder daran, dass das Studium der Dummheit unbedingt die USA einschließen muss. Sie bieten eine breite Palette von bemerkenswerten Beispielen menschlicher Fehlleistungen (die vor allem durch die amerikanische Rechtsprechung und Außenpolitik so offensichtlich werden), die harmonisch neben den Höchstleistungen dieses wunderbaren Landes stehen.

In meinem Alterswohnsitz Tübingen ist es vor allem die akademische Umgebung, die bemerkenswerte Dummheit produzieren kann. Auf der einen Seite wird durch die sicheren, akademischen Arbeitsplätze Lebensunfähigkeit gefördert, aber es entsteht auch große Dummheit durch zu viel Nachdenken und Abgeschiedenheit von der realen Welt. Die Menschen werden dabei unter anderem weltfremd, egoistisch, penibel und streitsüchtig. Dummheit ist eben doch nicht nur Unwissenheit.



## Häufige Erscheinungsformen der Dummheit

- Eitelkeit
- Rücksichtslosigkeit
- Egoismus
- Vergesslichkeit
- Leichtgläubigkeit
- Sturheit
- Hysterie
- Fanatismus

In der Politik ist es die Ideologie, die Höchstleistungen der Dummheit hervorbringt. Gerade mir, der mir umweltverträgliches Handeln ein großes persönliches Anliegen ist, tut es weh, dass vor allem die Politik der Grünen zu Beginn ihrer Regierungszeit als fast täglich neues Anschauungsbeispiel dafür gelten kann, dass Ideologie und Idiotie nahe Verwandte sind.

Für Höchstleistungen der Dummheit kann also auch Deutschland durchaus markante Beispiele vorweisen. Man denke z.B. nur an das deutsche Dosenpfand, die fehlende Geschwindigkeitsbegrenzung auf den Autobahnen, unser Gesundheitssystem, unser Schulwesen. Getoppt wird dies allerdings alles durch den Umzug der Hauptstadt nach Berlin, so was bringen auch wir nur einmal im Jahrhundert zustande.

## Dummheit - Zitate

- Einfalt ist stärker als Einsicht.
- Hüte dich vor den Dummen, die fleißig sind. Sie machen alles zunichte.
- Die Dummen haben einen engen Horizont.
- Die Dummen stehen gern im Weg.

- Unglück, das der Dummheit entspringt, ist ansteckender als die Pest.
- Den Weg in das Glück der Dummheit ebnet dir leicht der Alkohol.
- Wer die Energie der Dummheit auszunutzen weiß, wird es weit bringen!
- Dumme gibt es überall.
- Die gefährlichsten Dummen findest du unter den Akademikern und den Politikern.
- Den Dummen erkennt man am dummen Handeln.
- Der Eigensinn ist die Energie der Dummen.
- Jeder Fehler erscheint unheimlich dumm, wenn andere ihn begehen.
- Der Klügere gibt solange nach, bis er der Dumme ist.
- Der König der Dummen hat die meisten Untertanen.
- Dumm sind die, die es ganz offenbar sind und die Hälfte derer, die es nicht augenscheinlich sind.
- Während die Weisen grübeln, erobern die Dummen die Festung.
- Dumme rennen, Kluge warten, Weise gehen in den Garten.
- Aufrichtigkeit ist nur für Dumme ungefährlich.
- Dummheit frisst, Intelligenz säuft. Klugheit genießt und schweigt.

### **Wer ist dumm?**

Ein Huhn, das vor dem Auto auf der Straße herläuft, nennen wir dumm. Aber die Evolution des Huhnes hat keine Autos gekannt, wie kann das Huhn da dumm sein? Im Gegenteil, ich habe einige Jahre Hühner betreut, wenn ihre Umgebung stimmt, verhalten sie sich ausgesprochen klug. Mir wird immer in Erinnerung bleiben, wie ein Hahn den Rückzug seiner Schar in den Stall vor dem herannahenden Fuchs gesichert hat oder wie Hennen, denen ich die Küken kurz weggenommen hatte, mich attackiert haben.

Tiere in ihrer natürlichen Umgebung sind nicht dumm. Nur wenn sie überfordert werden, reagieren sie - nach unserem Urteil - unvernünftig oder dumm. Ähnliches gilt auch für Menschen. Dumm erscheint der, der sich nicht mehr an die Anforderungen der Umgebung anpassen kann. Diese Umgebung kann viele Dimensionen haben. Wir geben dann der Fähigkeit sich darin gut zurecht zu finden, den Titel Intelligenz. So gibt es z.B. mathematische Intelligenz, sprachliche Intelligenz, soziale Intelligenz.

So ist auch - meine ganz subjektive - Definition der Dummheit: Die (teilweise) Unfähigkeit sich in der realen Welt zurechtzufinden. Das Gegenteil meines Dummheitsbegriffes ist nun nicht allein Intelligenz, Klugheit oder Weisheit, sondern ein anderer Sammelbegriff: langfristiger Erfolg.

Wer dauerhaft erfolgreich ist, kann nicht dumm sein. Um meinen Lesern einen eher vertrauten Begriff anzubieten, werde ich das Gegenteil von DUMM auch KLUG nennen. Mein Sohn würde in Neudeutsch einen klugen, erfolgreichen Menschen auch als „CHECKER“ bezeichnen.

Diese subjektive Definition ist selbstverständlich vom Ort abhängig, an dem man sich befindet. So kann schon allein ein Ortswechsel einen Dummen zu einem Klugen machen. Natürlich gilt dies auch umgekehrt.

Als ich von Deutschland in die USA ausgewandert bin, haben einige Freunde boshaft festgestellt: Nun steigt in beiden Ländern der durchschnittliche Intelligenzquotient.

Es gibt nun nicht nur individuelle Dummheit, auch Firmen, Organisationen, ja ganze Staatsgebilde können dumm sein. Allerdings verwendet man dann andere

Namen dafür, bei Organisationen z.B. „Beratungsresistenz“, bei Staaten sagt man, dass sie nicht mehr „änderungsfähig“ sind.

Oft hat diese Dummheit ihre Wurzel in Erfolgen der Vergangenheit. Diese Erfolge werden zu Tabus hochstilisiert und führen dann dazu, dass sie nicht einmal mehr diskutiert werden, geschweige dem in Frage gestellt werden dürfen. Gute Beispiele für diese kollektive Dummheit sind in Deutschland das Auto, in Österreich der Alpensport mit seinen Toten und Verletzten, in England die Royals, in den USA die Handfeuerwaffen.

Ich bin ja gespannt, welche Länder zuerst Teile ihrer Dummheit abwerfen werden: Wird es zuerst in Deutschland eine Geschwindigkeitsbeschränkung auf Autobahnen geben oder werden die US-Amerikaner zuerst vernünftige Waffengesetze haben? Dass die königliche Familie in Großbritannien alle Stürme überstehen wird, daran habe ich sowieso keine Zweifel!

### **Die Dummheit messen und einsetzen**

Dummheit darf man nicht bekämpfen, denn sie ist nicht ausrottbar, Dummheit muss man ausnutzen. Auf Dummheit ist Verlass, es gibt sie überall und immer. Besonders wenn die Umwelt immer komplexer wird, steigt automatisch die Dummheit mit an. Man kann wirklich auf menschliche Dummheit bauen, laut Einstein ist sie unendlicher als das Weltall.

Aber es ist gar nicht leicht, Dummheit als solche schnell zu identifizieren. Nur auf die Dauer ist es einfach, denn dann kann man Erfolg oder Misserfolg leicht beurteilen, aber schnell und spontan es zu tun, dazu bedarf es schon großer Menschenkenntnis und Erfahrung. Ich habe mir deshalb eine kleine Skala angelegt. Für jede Eigenschaft, die zu Dummheit führen kann, gibt es Punkte. Einige

Punkte zu bekommen ist belanglos, wichtig ist die Ansammlung, die Häufung von Dummheitsfaktoren.

Ich möchte meine Leser ernsthaft ermuntern, diese Liste für sich selbst zu erstellen, zu verändern oder zu ergänzen. Jeder wird eine andere Sicht einbringen und für jeden wird diese Liste auch anderen Nutzen haben. Wichtig ist nur die Methode, Dummheit als solche einzuschätzen und sie als Kapital, als Energie, als Basis für den Erfolg anzusehen. Wobei ich ausdrücklich offen lasse, ob Erfolg immer nur kommerzieller oder materieller Erfolg sein muss.

Lediglich eine Warnung will ich dieser Stelle aussprechen: Man sollte nicht auf die Meinung von Dummen bauen. Dies wäre zu kostspielig.

Es wird viel zu viel von der Intelligenz geredet, sie ist in der Praxis von wesentlich geringerer Bedeutung als die Dummheit. Schon allein deshalb, weil es immer wesentlich mehr Dumme als Kluge geben wird. In unserer vernetzten Welt ist die Anzahl ein wesentlicher Faktor für viele Entscheidungen.

Skala für Dummheit (nur einige Beispiele, je mehr Punkte P, desto ergiebiger die Quelle)

Eigenschaft	P
Rauchen	2
Rauchen im Auto	3
Rauchen in Anwesenheit von eigenen Kindern	5
Motorradfahren in Deutschland	1
Mountainbikefahren in der Stadt	1
Mitglied im Karnevals- oder Schützenverein	1
Glaut an Astrologie	2

beschäftigt sich intensiv damit	3
Fanaticher Impfgegner	3
Liest regelmäßig Bild-Zeitung	2
Liest ausschließlich Spiegel oder Focus	1
Schaut Nachrichten nur in RTL, SAT1	1
Schaut nur Tele-Novelas	1
Redet hauptsächlich über das Wetter	1
Steht gerne im Weg	2
Ist mehrfach Opfer von Unfällen	2
Reist nach Jemen, Iran, Afghanistan, Algerien	3
Reist in Malaria-Gebiete	2
EsoterikerIn	2
Hat keine Zeit für seine Kinder	3
Wählt Populisten (z.B. Die Linke)	3
Kauft ausschließlich Bio-Produkte	1
Schaut nur auf den Preis und nicht auf Qualität	2
Vertraut allein auf staatliche Altersversorgung	4
Will das Beste für die Menschheit	1
Kennt Sport nur als Zuschauer	2
Sieht mehr als 2 Stunden täglich TV	3

Ich werde anhand einiger Beispiele erklären, wie diese Tabelle zu interpretieren ist. Zum Beispiel beim Rauchen Der Raucher, die Raucherin, setzt zu sehr auf kurzfristigen Genuss. Sie verzichten auf ihren Lebensabend, den sie zwar finanziert haben, aber den sie nicht erleben werden. Rauchen im Auto multipliziert die Gefahr des Rauchens, Rauchen in Anwesenheit der eigenen Kinder löscht nicht nur ihr eigenes Leben sondern auch gleich das ihrer Nachkommen mit aus. Deshalb die Häufung von Punkten. Die Politik und die Wirtschaft nutzen dieses Potenzial, indem sie es als fast beliebig ergiebige Melkkuh für Steuern und Gewinn ausnutzen.

Die Dummheitspunkte für die Medien bekommt man für einseitige Informationen. So sehr z.B. die Lektüre des

Spiegels das Meinungsbild bereichern kann, so wird die Fixierung auf des Spiegels Meinung zur Gefahr, weil sie die Realität nur schlecht widerspiegelt und niemand kann auf die Dauer erfolgreich sein, wenn er schlecht informiert ist.

Was die Lebensanschauungen (Parteien, Ökolabels, Astrologie; Religionen gehören zum Teil auch dazu, aber habe ich aus Respekt gegenüber meinen Leser weglassen) anbetrifft, so sind jene problematisch, die für die Betroffenen eher Einschränkungen ihres Handelns (fast neue Gefängnisse) schaffen, anstelle dass sie Freiheit bieten. Freiheit ist ein zu hohes Gut, um sie freiwillig zu opfern.

Die Linkspartei-Wähler bekommen besonders viele Punkte, denn wer nach jahrzehntelangem, erfolglosem Experimentieren mit dem Kommunismus immer noch an ihm festhält, darf sich mit berechtigtem Stolz zu den Dummen zählen.

Zuviel Altruismus bekommt Dummheitspunkte, weil er mit ziemlicher Sicherheit nicht honoriert werden wird. Die Folge davon ist große Frustration, in der Gegenbewegung dann sogar ungesunder Egoismus oder Geiz im Alter.

Manche Mediensportereignisse verdienen sicher auch ihre Dummheitspunkte. Absolute Höchstleistungen menschlicher Dummheit sind für mich persönlich der Große Preis von Monaco und die Tour de France. Sicherlich sind sie logistische Meisterleistungen, aber wo ist der Sinn geblieben?

Diese Punkteliste (oder noch besser jene, die ihr euch erstellen werdet) bietet nun auch gleich einen konstruktiven Weg die Energie der Dummheit anzuzapfen und sie in eigenen persönlichen Erfolg umzusetzen. Die Kunst

besteht darin der Dummheit neue Wege oder Kombinationen von bestehenden Wegen vorzugeben, bei denen Geld abfällt und die nicht illegal sind. (Der letzte Teilsatz ist wichtig, denn die Gesellschaft schützt zum Teil die Dummen durch Gesetze. Aber sie lässt immer noch genügend Freiraum für neue Wege).

Als erstes Beispiel will ich ein Astrologie Cafe anführen. In diesem könnte man wirklich alle möglichen und auch unsinnigen Methoden der Astrologie diskutieren. Der Kaffeegenuss würde auch das Rauchen fördern und auch damit den Zustrom fördern. Es würde große Gemeinsamkeit und Harmonie zwischen den Astrologen und Astrologinnen geben, man würde sicher dort dann auch Wahrsagerinnen und Hellseher anziehen. Das Ganze könnte man auch gleich mit Beratungskabinen für Hilfesuchende kombinieren. Ich bin mir sicher, dass die Gesellschaft diesen Service gut in Anspruch nehmen wird, hat es doch auch schon das Astrologie-Fernsehen akzeptiert.

Ein anderes - vielleicht etwas weniger kontroverses Beispiel - wären Mountainbiketrails in Städten. Mit wenig Aufwand könnte man - z.B. am Sonntagmorgen, wenn der Verkehr gering ist - Straßenzüge zu Rennstrecken oder Geschicklichkeitswettbewerben umgestalten. Endlich könnten alle die unterdrückten, meist jugendlichen Fahrer sich so ausleben, wie es ihnen die Gesellschaft es sonst nicht erlaubt. Gerade mein hügeliges Tübingen, mit seinen vielen Treppen und einem ruppigen Kopfsteinpflaster, sowie einer Anhäufung von aggressiven Fahrern, müsste ein idealer Platz dafür sein.

Im letzten Beispiel gehe ich auf den Wunsch vieler Menschen nach falscher Information ein. Ich wurde dazu von einem Stammtisch-Juxkandidaten von der letzten Oberbürgermeisterwahl angeregt. Er hat großen Zu-



spruch und Applaus mit seinen unsinnigen Statements bekommen. Wie wäre es mit einer Zeitung DIE LÜGE, in der überhaupt nichts Wahres steht, aber in der die Unwahrheit geschickt verpackt ist? Na, vielleicht versucht es jemand aus meiner Leserschaft (es gibt schon ein gutes Vorbild im Internet). Ich werde mich über ein Referenzexemplar dazu sehr freuen.

### **Dummheit hat sehr viele Vorteile**

Dummheit kurbelt die Wirtschaft an, meiner Einschätzung gibt es keine blühende Volkswirtschaft ohne Dummheit. Dummheit schafft Vielfalt, ohne Dummheit gibt es keinen Fortschritt, z.B. auch keine Mode. Ohne Dummheit keine Lehrer, die unnötige Fächer lehren, keine total aufgeblähte Ausbildungsindustrie, die Arbeitslose produziert, keine Weiterbildung ohne Sinn und dafür Import von Akademikern aus Asien, keine Werbung, keine Kettenbriefe, kein SPAM, keine gemütlichen Kneipen.

Dummheit fördert Beharrlichkeit und damit viele Versuche, von denen einige doch erfolgreich sein werden. Dummheit fördert das Selbstbewusstsein, eine wichtige Voraussetzung für viele Unternehmungen. Die Dummen sind oft die besten Kunden, sie sind eine wesentliche Stütze für viele Geschäfte.

Dies sind nur einige wenige offensichtliche Vorteile. Es gibt noch viel subtilere Annehmlichkeiten, die wir im Wesentlichen der Dummheit verdanken. Dummheit tröstet, sie lässt uns mit unwahrscheinlichen Illusionen leben. Dummheit macht glücklich, sie ist oft gut für die Seele, denn sie lässt uns mit den Problemen beruhigt leben. Dummheit schafft immer wieder auch Stillstand und damit ein ruhiges Leben. Dummheit macht sesshaft und verhindert das Auswandern oder Abwandern.

Wer nicht dauerhaft die Vorteile der Dummheit genießen kann oder will, dem empfehle ich „temporäre Dummheit“. Die Wirkung des Alkohols dafür ist ja bekannt, weniger bekannt ist, dass nicht nur der Rauschnebel dumm macht, sondern auch der damit verbundene Wasserentzug (die Dehydratation). Dies erklärt auch, dass „Intelligenz säuft“! Das heißt, je mehr Flüssigkeit wir trinken, desto besser können wir denken. Also muss für unsere Zwecke Wasserentzug gesucht werden. Dazu helfen Koffein (z.B. im Kaffee), Sport, Sex, vor allem auch die Sauna! Manche allerdings übersehen dabei die optimale Dosierung und aus temporärem Glück wird dann schleichend die permanente Dummheit.

Dummheit verbindet die Menschen und fördert Demonstrationen. Sie sozialisiert, sie beugt der Einsamkeit vor, einem tragischen Schicksal, das vor allem die Intelligenten trifft.

Trotzdem gibt es wenige Lobpreisungen auf die Dummheit, deshalb ist es mir ein Bedürfnis hier an dieser Stelle wenigstens den Versuch dazu zu machen. Ich freue mich, wenn ich einige begeisterte Leserinnen und Leser finden werde, die mich in meinem Kampf für eine gerechtere Einschätzung der Dummheit unterstützen werden.

# Deutsche Mythen

Woran Deutsche auch glauben

Nicht von Göttern, Kulturen, Feen und Geistern wird hier die Rede sein. Trotzdem ist meiner Meinung der Begriff Mythos zu Recht gewählt, denke ich doch, dass die folgenden Beispiele vom Glauben erzählen und von vielen für wahr gehalten werden, auch wenn ich es nicht beweisen kann. Und ich denke auch, dass sie wichtig sind und von vielen als wesentliches Element deutscher Kultur und Seele angesehen werden. Sicherlich sind sie nicht vollständig und auch nur bruchstückhaft wiedergegeben.

Ich bin in Österreich aufgewachsen. Erst mit 29 Jahren bin ich nach Deutschland gekommen und lebe seitdem größtenteils hier in Baden-Württemberg. Ich bin zwar inzwischen total integriert, aber bilde mir dennoch ein, noch nicht ganz blind für das typisch Deutsche zu sein. Dazu kommt auch, dass ich viel im Ausland unterwegs war und bin. Und aus der Ferne bekommt man doch einen besseren Blick für die Heimat.

So habe ich einige „deutsche Mythen“ im Laufe der Zeit gesammelt. Nicht nur in Deutschland wird man diesen Glauben antreffen. Gibt es doch ähnliches Denken auch wo anders auf der Welt. Aber denke, dass zumindest in den Augen der Nachbarn diese Beispiele doch typisch sind. Und ich weiß von vielen Besuchern und Neubürgern Deutschlands, dass sie ähnlich wie ich denken.

Die Veröffentlichung soll animieren, diese Mythen doch an die Realität anzupassen, bevor sie noch mehr Kosten oder Leid verursachen. Selbstverständlich besteht die Gefahr, dass ich damit ein Nestbeschmutzer werde. Aber ich denke, dass die Beispiele, die ich gebe, viel mehr zur Selbsterkenntnis beitragen werden, als zum schlechten

Image über Deutschland. Denn dieses Image ist im Ausland ohnehin kaum zu verändern. Ist es gut, dann wird es auch gut bleiben und ist es schlecht, dann wird auch mehr Information keine Änderung bewirken.

### **Die Ruhmesliste der Deutschen**

(Eigenschaften, die ihnen nachgesagt werden  
und die auch ich oft selbst erfahren habe)

Die Deutschen sind

Ehrlich  
Gründlich  
Verlässlich  
Fair  
Gemütlich  
Gebildet  
Gute Chemiker  
Gute Maschinenbauer  
Unermüdliche Hausbauer  
Gute Freunde  
Die besten Frauen

## **Wir haben Redefreiheit**

Ich beginne mit diesem Mythos, weil ich denke, dass er ganz typisch für die Art der Mythen ist, die ich anführe. Es ist der Unterschied zwischen dem Glauben an die Tatsache und der Tatsache selbst. Selbstverständlich ist die Redefreiheit festgeschrieben, aber wie viele in der Praxis können sie wirklich ausüben?

Vieles was man sagen kann, ist gesetzlich verboten, weil es entweder verleumdet oder weil es Tabuthemen der Vergangenheit berührt und deshalb nicht gesagt werden darf. Vieles darf nicht gesagt werden, weil eine kräftige Lobbytruppe gleich massiv dagegen schießt und man dadurch schnell gesellschaftlich ins Aus gestellt wird.

Man muss also in der Praxis extrem vorsichtig mit dem sein, was man sagt. Wer traut sich schon in den Firmen die Wahrheit zu sagen, wenn er damit den Arbeitsplatz verliert. Es gilt auch heute oft noch, dass der Überbringer der schlechten Nachrichten um seine Position bangen muss.

Letzten Endes darf jeder nur das sagen, was die Mehrheit für richtig hält. Heute nennt man dies politisch korrekt. Nur manche betuchte Mitbürger können sich eine eigene Meinung leisten, weil sie auch die notwendigen Rechtsanwälte dazu bezahlen können. Und es gibt einige Freiräume, wie der eigene Klub oder die eigene Familie, in denen man - völlig unter sich - von der Gesellschaft abweichende Meinungen sagen darf.

Ich frage mich oft, was der Grund für die hier fehlende Toleranz zur Redefreiheit ist? Eine Erklärung ist sicherlich die sehr hohe Bevölkerungsdichte, die ein räumliches Absondern gegensätzlicher Meinungen schwierig macht. Vielleicht aber hat man aber zu viele schlechte Erfahrungen mit der Verführung durch Worte?

Ein anderer Grund ist sicher einfach der urdeutsche Wunsch, Recht zu haben. Gerne wird dabei übersehen, dass es meist keine einzige Wahrheit geben wird und dass in einer komplexen Umwelt auch widersprüchliche Meinungen zulässig und wünschenswert sind.

### **Die Deutschen sind besonders fleißig**

Sicher gibt es sehr viele fleißige Menschen hier. Aber dieses Attribut einer Nation zuzuschreiben, in der viele 6 Wochen Urlaub haben, eine 35 Stunden Arbeits-Woche anstreben, man im Durchschnitt 14 Semester studiert und in der die Rente mit 60 das generelle Ziel ist, ist schon gewagt.

Ich denke, wir sind genau so fleißig oder faul, wie andere Menschen auch und da wir ein ganz dichtes soziales Netz haben, werden einige besonders faul sein können.

Da wir so kurze Arbeitszeiten anstreben, wird sicherlich die Arbeitshektik dadurch ansteigen. Aber da wird dann stundenlang vor dem Fernseher wieder entspannen müssen, könnten wir gleich etwas langsamer und dafür länger arbeiten. Unserer Gesundheit könnte es nur gut tun.

### **Medien informieren**

Dies ist ein Lieblingsthema von mir, weil ich selbst ein Medienmensch bin. Mit meinen vielen Beiträgen im Internet und früher einer eigenen Rundfunksendung, so wie gelegentlichen Auftritten in Zeitung und Fernsehen muss mich dieses Thema beschäftigen.

Aber ich habe mich auch viel mit Kommunikationstheorie beschäftigt und schon aus diesem Grund muss ich wissen, dass Medien mit ihren beschränkten Übertragungsmöglichkeiten auswählen müssen und deshalb nicht total informieren können. Auch sind in den

Medien nicht gerade immer die klügsten Menschen vertreten und auch dadurch kommt es zu Verzerrungen.

Letzten Endes komme ich zum Schluss, dass unsere Medien das Bedürfnis nach Information ziemlich gut befriedigen, aber weit davon entfernt sind wirklich zu informieren. Im Gegenteil, oft denke ich, dass Medienabstinenz mehr motivieren würde, sich wieder persönlich zu informieren. Dass mehr Erkenntnis durch ein persönliches Gespräch zusammenkommen würde, als durch eine Fernsehsendung.

Jeden Morgen wenn ich meine lokale Zeitung wieder weglege, frage ich mich was ich denn wirklich gelesen habe und was ich dabei gelernt habe. In den meisten Fällen komme ich zum Schluss: Nichts. Besonders wenn ich einige Wochen auf Reisen war und den aufgehobenen Zeitungsstapel durchblättere, verdichtet sich der Verdacht, dass meine Zeitung mich nicht informiert und ich das Geld dafür nur ausbebe, weil ich informiert sein will. Ich zahle also für meinen Wunsch und nicht für die Befriedigung meines Wunsches!

### Der Spiegel Test

Lege ein Journal, wie den Spiegel, das so gerne damit angibt, Trends und Entwicklungen früh aufzuzeigen, ein halbes Jahr, besser noch ein ganzes Jahr, weg. Danach schaue wieder rein und überprüfe, welche Ankündigungen wirklich eingetroffen sind. Die Bilanz ist ernüchternd. Diesen Test kannst du auch mit Parteiprogrammen, Wahlversprechen oder Wirtschaftsprognosen machen. Auch sie werden nicht allzu viel besser ausfallen.

### **Alles Neue ist gefährlich**

Eigentlich will ich dies nicht glauben, kommen doch viele Neuerungen - auch heute noch - von deutschen Erfindern und Tüftlern. Aber dennoch, ein abgrundtiefes Misstrauen gegen alle technischen Neuerungen kann man nicht nur bei den grün wählenden, deutschen Mitbürgern oft antreffen.

Bei Analysen wird immer zuerst das Negative hervorgehoben. Stets werden die Risiken höher als die Chancen bewertet. Woran es liegt, weiß ich nicht, aber es ist offenbar ein weit verbreiteter Glaube, der viel Schaden anrichtet und das Land bei neuen Entwicklungen oft in Aufholzwang bringt.

Dabei geht es nicht nur um große Risiken, wie bei der Atomkraft oder Gentechnik, auch kleinste Neuerungen, wie z.B. der grüne Abbiegepfeil (der Ostdeutschen) brauchen lange, bis sie wirklich akzeptiert werden.

Sicher hat diese Eigenschaft auch vor Fehlentwicklungen bewahrt, dennoch denke ich, ein bisschen mehr Mut zu Risiko und Neuerungen würde uns allen gut tun. „Lass es uns einmal ausprobieren“ wäre oft angebrachter als „Ja, aber!“

### **Reisen bildet**

Als Weltmeister in Auslandsreisen sollten wir eigentlich das Beste aller Länder, die wir besuchen, zu uns importieren. Aber wir wollen nur das ausländische Wetter, die fremde Landschaft, die sauberen und leeren Strände, sonst aber soll auch im Ausland alles deutsch sein. Deutsches Essen, deutsches Bier, deutsches Fernsehen, überall.

Eigentlich wollen wir nichts übernehmen, was uns sonst im Ausland gefällt. Wir wollen keinen entspannten Stra-



Benverkehr, wie wir ihn in USA vorfinden, keine liberalen Ladenöffnungszeiten der romanischen Länder, keinen freundlichen Service.

Im Reisen suchen wir die Abwechslung, aber keine dauerhafte Veränderung, was Bildung bedeuten würde. Darum ist Mallorca auch so beliebt. Es hat eine fast perfekte deutsche Infrastruktur, aber ohne deutsches Wetter. Und man kann von Mallorca aus leicht Deutschland wieder erreichen, wenn man es wirklich braucht.

Wir sind schlecht im Sprachen lernen und unsere Auslandsaufenthalte sind eher durch Besserwissen als durch Lernen wollen und Einfühlungsvermögen geprägt.

### **In Deutschland kann man nicht Urlaub machen**

Deutschland ist ein wunderbares Urlaubsland für Wanderer, Radtouristen, Bootswanderer und Kulturinteressierte. Es gibt ausgezeichnete Restaurants hier, Hotels zu erschwinglichen Preisen, viele sehr gut ausgestattete Campingplätze und für Preisbewusste ein dichtes Netz von Jugendherbergen.

Das Wetter ist in den Sommermonaten und im Herbst größtenteils ausgezeichnet, die Preise sind im Allgemeinen niedriger als im westlichen oder südlichen Ausland.

Ich habe oft auch in Deutschland Urlaub gemacht und es selten bereut!

### **Deutschland ist ausländerfeindlich**

Die meisten Deutschen sind auch gegenüber Ausländern sehr tolerant. Ich habe über 20 Jahre als Ausländer hier gelebt und wurde kein einziges mal deswegen diskriminiert. Es gibt eine Unzahl ausländischer Restaurants, die gerne von Deutschen besucht werden und deren

Wirte und Wirtinnen im Gemeinwesen integriert sind. Viele unserer Fußballstars sind oder waren Ausländer, unzählige Ausländer sind in unseren Produktionsstätten beste Arbeitskollegen.

Wogegen sich viele wehren, das sind die fremden Regeln, die den Deutschen von manchen Ausländern übergestülpt werden. Wenn z.B. Kinder keine Rote Wurst mehr auf Schulausflügen grillen dürfen, weil die Klassenmehrheit islamisch ist, dann sehen viele ihr kulturelles oder auch wirtschaftliches Erbe in Gefahr.

Und sicher gibt es einige Kriminelle (z.B. in den Neuen Bundesländern, dort habe auch ich entsprechende Vorfälle erlebt), die aus Langeweile oder Überzeugung Verbrechen gegen Ausländer begehen. Aber sind sie wirklich typisch für alle Deutschen? Wie vielen Menschen aus der Fremde wurde hier nicht mit großem Einsatz geholfen!

Ich frage mich, was jene Menschen oder Medien davon haben, die uns einreden, wir sind generell ein ausländerfeindliches Volk. Ist es Rache für die deutsche Vergangenheit? Unsicherheit? Oder schlicht und einfach nur Geschäft?

### **Deutschland ist kein Einwanderungsland**

Deutschland ist sehr wohl ein Einwanderungsland, allerdings ohne entsprechende Gesetze oder Steuerung der Zuzügler. Man verleugnet ständig die Realität und tut sich dabei unheimlich schwer festzulegen, wer ins Land soll und wer nicht darf. Vor lauter politischer Korrektheit und idiotischer Ideologie (von allen politischen Seiten übrigens) übersieht man ganz, dass man dazu nicht nur das Recht hat, sondern auch die Verpflichtung, will man den Staat und seine Funktionsfähigkeit nicht gefährden.

## **Ein Hochschulstudium garantiert einen lebenslangen Arbeitsplatz**

Das hat vielleicht einmal gestimmt, aber gilt schon lange nicht mehr. Immer wieder werde ich von Taxifahrern mit einem oder sogar zwei abgeschlossenen Studien chauffiert, die sich so durchjobben. Wir vergessen, dass Studieren alt macht und dass Jugend im europäischen Umfeld als wichtiger Vorteil zählt, weil fast alle anderen schneller zum Abitur kommen und kürzer studieren.

Unsere Studienabgänger sind großteils zu alt, in der Theorie überqualifiziert, praktisch weltfremd und werden in interessanten, aber exotischen Fachrichtungen ausgebildet, die stellenweise total überlaufen sind.

Kein Wunder, dass manche dann nach dem Studiumende mit 28 Jahren arbeitslos bleiben.

## **Schnee- und eisfreie Winter**

Der Winter wird in Deutschland meist als so harmlos angesehen, dass die Deutschen tatsächlich glauben, er brächte überhaupt keinen Schnee und kein Eis und sie sich wie die Sizilianer nie darauf vorbereiten. So kommt jeder Wintereinbruch jedes Jahr völlig überraschend, auch wenn er wie im Jahre 2000 erst zu Weihnachten ist.

Die Folge sind Hunderte von Unfällen mit vielen Toten. Ich frage mich, wie ein relativ intelligentes Volk so dumm sein kann, dass es von einem Jahr aufs andere vergisst, dass deutsche Winter eben doch nicht so ungefährlich sind und man ab dem 1.12. mit Winterwetter rechnen muss, nicht nur in den Bergen.

Ich finde es nahezu kriminell, wie die Verantwortlichen für die Straßen sich stets auf Neue überrascht geben, wenn Schnee oder Eisregen fällt. In einem Land, wo die Kehrwoche Bürgerpflicht ist, jeder im Fernsehen den

Wetterbericht verfolgen kann, sollte man doch erwarten können, dass Verkehrswege auch im Winter benutzbar bleiben.

Und die Autofahrer könnten zusätzlich einmal lernen, dass man bei Schnee und Eis zuhause bleibt und sich nicht freiwillig in Lebensgefahr begibt. Es sind - statistisch gesehen - gerade drei Tage im Jahr wirklich gefährlich, an diesen Tagen sollte man es so halten, wie es in ähnlichen Situationen in Österreich heißt: Vor jeder nicht absolut nötigen Ausfahrt wird gewarnt!

### **TÜV geprüfte Autos sind gut**

Immer wieder muss über die TÜV Gläubigkeit der Deutschen, besonders, wenn es um Autos geht, staunen. Dabei hat die TÜV Plakette wenig Aussagekraft über die Qualität eines Autos.

Die geprüften Eigenschaften kann auch jeder andere Fachmann sofort mit einem Blick sehen, und da der TÜV auch nichts garantiert oder behebt, dient sein Einsatz vor allem dazu, selbst Geld zu machen. Denn das Auto ist identisch dasselbe, vor dem TÜV und nach dem TÜV. Und alle unterstützen es.

Den einzigen wesentlichen Beitrag des TÜVs und ähnlicher Organisationen sehe ich darin, viele Neuwagen verkaufen zu lassen. Zur wirklichen Sicherheit trägt er wenig bei. Ein generelles Tempolimit auf 130 km/h und eine gute Pflicht-Fahrausbildung schon in unseren Schulen würde unsere Gesellschaft wesentlich besser vor schweren Unfällen und den 5.000 Toten jedes Jahr auf unseren Straßen schützen.

### **Je mehr PS, desto besser das Auto**

Eine weitere, verheerende Folge des fehlenden Tempolimits ist die stets wachsende PS-Zahl der Autos.

Natürlich muss man, wenn man überholen darf, auch überholen können. Die PS-Zahlen wachsen ständig, mit ihr auch die Aggressionen, denn problemlos ausfahren kann man diese Autos nur noch auf Rennstrecken.

Die Folgen sind Staus anstelle von fließendem Verkehr, hoher CO2 Ausstoß, hoher Energieverbrauch, unnötig teure Autos und schwerste Verkehrsunfälle.

### **Schilderwald gibt Sicherheit**

Das Erste was ausländischen Autofahrern auffällt, sind die unzähligen Verkehrsschilder in Deutschland. Viele davon sind unnötig und sie verwirren nur. Sicherheit geben sie lediglich den Juristen, die die Streitsucht der Deutschen weidlich ausnutzen. Echte Gefahren sind nicht mehr im Dschungel der Verkehrsschilder zu erkennen.

Auch unendlich viele Schilder können Rücksicht und Vorsicht nicht ersetzen. Das sollten unsere Leitlinien sein. Es wäre wünschenswert das „Recht haben“ durch andere Regeln zu ersetzen, z.B. damit, dass „Jeder Unfallbeteiligte mitschuldig ist“.

### **Die Existenz der deutschen Hausfrau**

Noch immer nimmt unsere Gesellschaft an, dass in jedem deutschen Haushalt eine Hausfrau waltet, die meist zuhause ist und nur darauf wartet, von Besuchern gestört zu werden.

Wie sonst kann man sich erklären, dass alle Zähler von Strom und Gas so im Hause versteckt sind, dass man nur mit ihrer Hilfe sie ablesen kann? Warum sind sie nicht in einem Schrank außerhalb des Hauses oder der Wohnung, wo das Personal der Energiewerke sie ohne fremde Hilfe ablesen kann?

Weil es diese wundersamen Hausfrauen gibt, sind auch die meisten Ladenschlusszeiten so eingerichtet, dass sie problemlos am Vormittag einkaufen können. Berufstätige haben davon allerdings wenig und ihr Stress in den Abendstunden ist somit vorprogrammiert.

Auf diese virtuelle - weil oft nicht mehr vorhandene - Hausfrau sind auch die Schulzeiten abgestimmt. Wen kümmert es schon, dass dadurch viele Kinder am Nachmittag keine Betreuung mehr haben? Und sie diktiert auch immer noch viele Themen des Tagesfernseh- und Radioprogramms.

Dass es auch Hausmänner gibt, wird als absolute Ausnahme angesehen. Ich sehe dies immer lächelnd dann, wenn mein Gegenüber im Gespräch erkennt, dass ich so einer bin.

### **Beamte streiken nicht**

Denn sie dürfen es ja nicht. Aber es geschieht immer wieder. Die Erfahrung lehrt, dass sie dadurch keinen Schaden bekommen. Warum schützt man dann ihre Privilegien? Kann der Staat so leicht erpresst werden? Da wären klare Worte mit klaren Konsequenzen sehr zum Wohl der Bürger!

### **Gesetze gelten für alle gleich**

Im Prinzip gelten unsere Gesetze für alle gleich. Aber meine Beobachtung der Praxis zeigt, dass einige Gruppen sich wenig daran halten, das sind besonders:

- Die Mächtigen und die, die sich dafür halten, besonders jene in Politik, Justiz, Wirtschaft und Klerus. Was Jupiter darf, darf der Bauer noch lange nicht, sagten schon die Römer.
- Bewohner der Hauptstädte außerhalb dieser.
- Reiche und Fahrer PS-starker Autos.

- Arme am Existenzminimum.
- Fachleute, Berufsausübende und Einheimische, die sich gut auskennen.
- Ausländer im Inland und Inländer im Ausland.
- Unwissende, Kinder, Jugendliche, Dumme und Rücksichtslose.
- Freche, Süchtige, Kriminelle, Anarchisten, Terroristen und Fanatiker.

Für viele scheint es chic zu sein, sich nicht an die Gesetze und Verordnungen zu halten. Denn man gilt dann als Macher, Pionier, Cleverle oder Vordenker. Vielleicht haben wir einfach zu viele Vorschriften? Mich tröstet diese Liste immer, denn ich komme mir dann nicht so dumm vor, wenn ich sehe, was sich andere erlauben, ich mich aber nicht traue. Denn sie dürfen es ja, ich aber - als Normalbürger - leider nicht.

### **Politiker wollen das Wohl der Bevölkerung**

Die Menschen hätten dies zwar gerne so, aber es ist nicht die Realität. Andere Nationen durchschauen das Spiel der Politik wesentlich besser. Sie wissen, dass Politiker vor allem wiedergewählt werden wollen und nutzen dies auch als Machtmittel für ihre Zwecke.

Sie schreiben den Politikern ihre Meinung, wählen sie kühl ab, wenn sie lügen, ziehen sie zur Rechenschaft mit ihren Abstimmungsverhalten. Nichts davon hier. In Deutschland sieht man in den Politikern immer noch die Respektpersonen, die den Staat vertreten und die sich fast alles erlauben können.

## **Politiker sind Heilige**

In den USA müsste man noch dazu fügen: geschlechtslose Engel. Aber die Falscheinschätzung für Politiker ist auch hier schon schlimm genug. Glaubt denn jemand wirklich im Ernst, dass die Eigenschaften, die Menschen an die Spitze der Politik bringen und sie sich dort behaupten lassen, wirklich nur gute sind? Wie viele Intrigen haben diese Menschen überstehen müssen, wie viele Machtkämpfe, die fast ausschließlich mit unfairen Mitteln geführt wurden, haben sie durchgeführt? Wie viel Theater haben sie spielen müssen, um ihren Zielen näher zu kommen? Mit wie vielen blöden Medienleuten haben sie sich abgeben müssen?

Gracian sagt zu Recht: Große Menschen haben eine langen Schatten. Und ich füge mit meinen Worten dazu: Wer viel erreicht hat, der hat auch einige Leichen im Keller. Denn es geht gar nicht anders. Viel zu schwierig ist dieses Geschäft, als dass man es nur nach Gesetzen, Vorschriften oder Grundsätzen durchführen kann.

Mein Grundsatz ist, die Politiker vor allem nach ihren Leistungen zu urteilen (z.B. waren die getroffenen Entscheidungen zum Wohl des Landes / der Gemeinde?), sie nicht zu lange an der Macht zu lassen (nie mehr als 10 Jahre!), aber bei wirklichen Kleinigkeiten Amnestie zu gewähren. Denn ihr Wirken braucht Freiräume und ihre Bezahlung im Dienst (so hoch sie gegenüber normalen Löhnen auch erscheinen mag) ist hier nicht immer angemessen!

Allerdings würde ich auch ihre Ruhebezüge drastisch kürzen und sie bei Versagen (z.B. auch bei Nichteinhalten von Wahlversprechen) konsequent abwählen.



### **Leitungswasser kann man nicht trinken**

Immer wieder werde ich schief angeschaut, wenn ich das Hahnenwasser trinke. Ich bin viel gereist und in fast allen Städten Deutschlands ist dank guter Technik das Leitungswasser perfekt trinkbar. Ich glaube, das Ganze ist nur ein Trick der Mineralwasserfabriken, um ihren Umsatz zu garantieren.

### **Buchpreisbindung schützt ein Kulturgut**

Salopp würde ich sagen, sie schützt vor allem die großen Buchhändler. Aber wäre es nicht besser, sehr viel billigere und auch weniger Bücher zu haben? Würden wir dann nicht mehr für die Kultur tun? Sind die Italiener oder Engländer keine Kulturnationen, weil sie keine Buchpreisbindung kennen?

Die Buchpreisbindung ist ein empfindlicher Eingriff in die Marktgesetze, der sich auch zum Schaden - vor allem - der kleineren Buchhändler auswirkt. Denn wenn der Preis nicht variiert werden kann, verlieren diese eine Möglichkeit, sich z.B. gegen die Internetbuchhändler abzugrenzen. Der Verlust des „Schnäppchens“ senkt auch die Kauflust. Und trotzdem sind alle hier für die Buchpreisbindung, welch ein Unsinn! Überleben werden sie nur die Antiquariate, denn ihnen steht der Markt mit all seinen Möglichkeiten offen. Und Hauptprofiteure sind die Internethändler, wie Amazon, denn sie können wirklich im großen Stil diesen festen Preis ausnutzen. Daran hat der Gesetzgeber sicher bei der Einführung nicht denken können.

### **Sauberer Sport**

Solange es Wettkämpfe gibt und solange man für sportliche Leistungen sehr viel Geld bekommt, wird es auch Versuche geben, mit allen, auch kriminellen, Möglichkeiten Sieger zu werden.

Sauber kann der Sport nur werden, wenn man das Geld aus der Branche nimmt und Sieger ignoriert. Da beides in Deutschland nicht denkbar ist, wird man sich stets erneut über Dopingfälle entrüsten können und nach „sauberen Sport“ schreien. Kurzfristig sind dann alle empört und nach dem nächsten deutschen Sieg gegen internationale Konkurrenten ist dann alles wieder vergessen.

### **Ein Volk der Dichter und Denker**

Den „Dichtern“ kann ich zustimmen, aber die „Denker“ scheinen doch stark unterbesetzt zu sein. Von einem Bildungssystem, das zum schlechtesten aller Industrieländer gehört (siehe Pisa-Studie), kann man auch nicht viel mehr erwarten.

Unsere Kinder werden viel zu wenig zum Denken animiert, die Schüler bleiben durch zu viel „Laissez-faire“ total unterfordert. Sie sehen immer nach den Noten, aber nicht nach dem, was sie gelernt haben. Sie gehen zu spät zur Schule und bleiben dort auch zu lange. Ihre Zeit an der Schule wird schlecht genutzt, die Lehrinhalte sind praxisfremd und entsprechen nicht dem, was sie später als Erwachsene brauchen. Denken wird sehr oft durch Ideologie ersetzt, das heißt durch Nachplappern. Querdenker werden kaum ernst genommen. Eliten haben ein schlechtes Image, Lehrer, die Leistung fordern, werden abserviert. Viele engagierte Lehrer werden durch schlechtes Management frustriert und dass Bildungsfragen Ländersache sind, erweist sich als großer strategischer Nachteil.

Lediglich die Berufsausbildung ist größtenteils gut, aber sonst herrscht auf allen Ebenen großer Bedarf an Innovation, vielleicht sogar an Revolution in der deutschen Bildungspolitik.

### **Knoblauch stinkt**

Unter diesem Vorurteil leide ich ganz persönlich. Ich esse gerne Knoblauch und ich finde er riecht gut, auch bei anderen. Aber über Geschmäcker kann man schlecht urteilen. Die meisten Deutschen lieben ja auch ihren Kaffee, den viele Länder mit Kaffeetradition als an der untersten Stelle, gerade noch etwas vor dem amerikanischen Coffee einordnen.

### **Freie Fahrt für freie Bürger**

Kaum jemand hat hier freie Fahrt, nicht einmal auf den Autobahnen. Dieses Motto dient für mich nur dazu die Straßen als Austragungsort von Aggression und Dummheit zu bewahren.

Ich halte es auch für ein Ammenmärchen, dass das Schnellfahren zu guten Autos führt. Dann könnten sie Japaner, Spanier, Franzosen und Italiener auch keine guten Autos produzieren, was sie aber sehr wohl tun.

Leider helfen überzogene Forderungen, wie Tempo 100 auf der Autobahn, nur den bestehenden Status aufrechtzuerhalten. Aber warum nicht Tempo 130? Es geht doch auch in vielen anderen Ländern und macht das Fahren sehr viel angenehmer und den Verkehr flüssiger.

### **Menschen in Sozialberufen haben soziale Kompetenz**

Es enttäuscht mich immer wieder wie viele Menschen mit angeblich guter Ausbildung ganz schlecht im Umgang mit anderen Menschen sind. Denken sie zu viel darüber nach, wie sie mit ihrer Umwelt umgehen wollen oder wollen sie mit ihrem Wissen manipulieren? Wo ist die Herzensbildung geblieben?

Ganz problematisch sind soziale Institutionen als Arbeitgeber. Haben sie ganz vergessen, dass ihre Mit-

arbeiter auch Menschen sind und dass Menschen auch eigene Bedürfnisse haben? Dass auch sie Familien ernähren müssen? Dass man von Gottes Lohn nicht satt wird?

Wie viel menschlicher geht es da in „kapitalistischen“ Unternehmen zu, die wissen, dass nur gut behandelte Mitarbeiter gute Leistungen vollbringen!

### **Kostenloses Studium sichert die Zukunft**

Ich sehe viel mehr Schaden als Nutzen in den fehlenden Studiengebühren. Die Studien dauern zu lange, die Universitäten degenerieren zu Aufbewahrungsstätten, der Druck auf die Lehrer gute Vorlesungen zu halten ist gering.

Selbstverständlich sind begabte Studenten, deren Eltern sich das Studium nicht leisten können, mit Stipendien zu fördern. Aber wir tun uns als Gesellschaft keinen Gefallen, wenn wir die Universitäten generell durch die große Masse der Lohnsteuerzahler subventionieren und sie nicht auch selbst mehr Eigenleistungen erbringen lassen. Eine angemessene Studiengebühr würde viele Missstände an den Unis beseitigen.

### **Deutschland hat eine freie Marktwirtschaft**

Wer einmal selbst ein Unternehmen gegründet hat, kann über diesen Satz nur lachen. Wie viele Vorschriften muss er doch beachten? Viele von ihnen dienen nur dazu die bestehenden Firmen und Institutionen zu schützen und Neues abzuwehren.

Nicht die sozialen Rahmenbedingungen unsere Marktwirtschaft will ich anprangern, sie sind wirklich ein Vorteil, z.B. gegenüber dem US Kapitalismus. Nein, die vielen kleinen Anachronismen, die sich z.B. auch in einem extrem komplizierten Steuersystem ausdrücken, sie

machen uns alle unflexibel und gefährden das Wachstum von Neuem.

Und dann wundern wir uns über dauerhaft hohe Arbeitslosigkeit und jammern über die mangelnde Risikobereitschaft von Jungunternehmern.

### **Deutsche sind sauber**

Die deutschen Autos gehören sicher zu den gepflegtesten auf der ganzen Welt und die schwäbische Kehrwoche ist wahrscheinlich auch einzigartig. Aber es fällt doch auf, dass diese beiden Formen der Sauberkeit eher auf den Schein nach außen, als auch wirkliche Reinlichkeit aus sind.

Aber wie viele Menschen stinken hier schon am Morgen nach Schweiß, obwohl sie ein gut eingerichtetes Badezimmer haben, weil sie sich nicht mit Seife waschen. Wo sind in unseren Hotelzimmern die Bidets, um sich die Intimbereiche problemlos waschen zu können? Wo sind auf den allen Autobahnrastplätzen Toiletten? Wie viele Männer waschen sich nach dem Klo gehen nicht die Hände? Wie viele Nobelkarossenbesitzer werfen nicht ihren Automüll einfach in die Landschaft?

Besondere Ferkel sind die Raucher und Raucherinnen. Ganz selbstverständlich werden die Kippen überall weg geworfen. Es ist nahezu undenkbar, sie selbst wieder in einem eigenen Aschenbecher einzustecken. Und auch die Hundebesitzer und Taubenfütterer in den Städten sind sich ihres Beitrags zur Verschmutzung der Städte überhaupt nicht bewusst.

### **Fleisch ist ein Stück Lebenskraft**

Der Glaube an Fleisch als wichtigstes Grundnahrungsmittel ist groß. So erregt auch immer der folgende Witz eines befreundeten Metzgermeisters große Heiterkeit:

Vegetarier werden auch nicht älter, sie sehen nur älter aus.

Aber mir - und vielen anderen - tut eine fleischreduzierte Ernährung ausgesprochen gut. Sie gestattet eine sehr aktive Lebensweise, ohne die übliche Verdauungsmüdigkeit und birgt keine Gefahr von Mangelerscheinungen, wie es bei extremen Vegetariern der Fall sein kann.

### **Bier, unser flüssiges Brot**

Von den alkoholischen Getränken ist Bier sicher noch das harmloseste, aber dennoch ist es ein alkoholisches Getränk und fällt deshalb unter den Begriff Droge. Und ein regelmäßiger Biertrinker wird meist auch ein Alkoholkranker sein.

Nicht so im deutschen Sprachverständnis: So sind unsere zahlreichen Tübinger Punks keine Drogensüchtigen, sie sind nur dem Suff verfallen.

Interessant ist in diesem Zusammenhang auch der unerschütterliche Glaube an das Reinheitsgebot. Obwohl es nur ein Mittel ist, ausländisches Bier vom deutschen Markt fernzuhalten, glauben hier doch die meisten, dass deutsches Bier gesund und ausländisches Bier schädlich ist.

### **Gleichheit ist schon Gerechtigkeit**

Dies ist sicher einer der großen Irrtümer unserer Gesellschaft: Alles was gleich macht, ist auch schon gerecht. Die Wurzeln dafür sind sicher vielfältig. Einige Passagen des Grundgesetzes, sowie die Praxis der Rechtsprechung haben sicher dafür den Ausschlag gegeben. Die Deutschen sind „gleichheitskrank“, wie es ein Richter treffend formuliert hat. Wenn ich mir allerdings die Umsetzung der Antidiskriminierung anschau,

dann behaupte ich, einige leiden sogar am „Gleichheitswahn“.

Aber so wie sich Freiheit und Gleichheit (der französischen Revolution) oft widersprechen, so tun es auch Gleichheit und Gerechtigkeit. Wie kann denn, wenn alle unterschiedliche Individuen sind, Gleichheit so erstrebenswert sein? Oder kommt hier nicht eher der Neid zum Tragen: Was du hast, das will ich auch haben. Mit dem Nebengedanken: Was mir gehört, geht dich nichts an!

# Rauchen

## Satirische Betrachtungen

Ich habe viel über das Rauchen nachgedacht. Mehrere Male in meinem Leben bewegte es mich sogar sehr intensiv. Die ersten Gedanken dazu kamen mir in meiner frühen Kindheit. Ich bin oft mit meinen Eltern im Zug unterwegs gewesen und neugierig wie alle Kinder habe da die Nase ganz dicht am Fenster gehabt. Und dabei festgestellt, dass der Rauchbeschlag am Fenster von Raucherabteilen ziemlich dick ist. Und nebenbei gesagt, ganz abscheulich stinkt.

Wie mag die Lunge von Rauchern ausschauen, fragte ich mich? Wie die Lunge meines rauchenden Vaters, ganz konkret? An seinem 60. Geburtstag wussten wir alle es ganz genau. Da wurde das letzte Röntgen von seiner inzwischen zerstörten Lunge gemacht. Wenige Wochen später lag er im Grab, an Lungenkrebs gestorben. „Bleib gesund!“, das waren die letzten Worte zu mir, wenige Stunden vor seinem Tode.

Natürlich bin ich selbst auch Raucher geworden. Erst waren es nur zaghafte Versuche, aber dann kam es zum ersten Mal. Das Hochgefühl nach einer Zigarre. Mit Café, nach einem guten Essen. Von nun ab habe ich regelmäßig zum Mittagessen und gelegentlich auch nach dem Abendessen im Restaurant mit Cognac meine Zigarre geraucht. Mit 40 Jahren aber bin ich nach USA ausgewandert und kam schlagartig in ein raucherfeindliches Land. Mit der Zigarre zu Mittag war es aus. Aber ich hatte interessante Arbeit und so kam ich von der Zigarre ganz gut weg.



Zurück in Deutschland war nun mein Hauptproblem das Mitrauchen. Einmal saß ich längere Zeit mit zwei Megarauchern in einem Büro. Es hieß bei meinen Kollegen „der blaue Salon“. Hier habe ich zum ersten Mal Mordsgedanken gefasst. Aber ich musste nicht tätig werden. Einer der beiden Raucher bekam bald einen Herzinfarkt und hat freiwillig das Rauchen aufgegeben. Der andere ist früh an Krebs gestorben.

„Zuerst war es cool, dann hat es geschmeckt und jetzt bin ich süchtig.“

Sebastian, 14 Jahre alt, Raucher

Mein letztes und noch immer aktuelles Problem ist das Rauchen meiner Kinder. Du kannst ja bei erwachsenen Kindern nichts dagegen unternehmen. Da ich immer Tipps für ein besseres Leben verfasst habe, die im Allgemeinen auch von meinen Kindern geschätzt wurden, habe ich versucht, damit gegen das Rauchen vorzugehen. Zuerst habe ich mit den hohen Kosten der Zigaretten argumentiert. Es geht ja wirklich ins Geld, vor allem weil der Staat so gut daran verdient. Aber dieses Argument verpufft in unserer reichen Gesellschaft.

Rauchen ist teuer

Dann mit den gesundheitlichen Folgen. Aber wer denkt in jungen Jahren schon daran, was einmal sein wird. Wer denkt schon an degenerierte Kinder, wenn er noch gar keine haben will? Ich musste schnell einsehen, es nützt nichts, mit gesundheitlichem Argumente kann man Raucher nicht von ihrem Laster abbringen. Und die Aufschriften des Gesundheitsministers auf den Packungen sind für die Katz.

Rauchen ist ungesund

Da kam mir eine Beobachtung zu Hilfe, die ich anlässlich eines Psychospieles machte. Es ist ganz leicht Raucher und Raucherinnen von Nichtraucherinnen zu unterscheiden. Dabei brauchst du nicht einmal ihr vergilbten Hände betrachten oder ihre stinkenden Haare zu riechen, nein, mit einiger Übung - die ich inzwischen hatte -, konnte man sie ganz leicht durch die Falten im Gesicht unterscheiden. Da der Rauch ja doch in den Augen beißt und deren Haut generell ganz schlecht durchblutet wird, bekommen Raucher typische Falten um die Augen. Auch schon in jungen Jahren, aber im Laufe der Zeit werden die Falten immer stärker und so die Hinweise viel deutlicher.

Rauchen macht hässlich

Rauchen macht aus Menschen Fische:  
Ohne Lunge, ohne Beine und mit schuppiger Haut!

Also versuchte ich es mit RAUCHEN MACHT HÄSSLICH. Das war die richtige Richtung, speziell, um Raucherinnen zu beeinflussen. Durchschlagend war diese Strategie nun auch wieder nicht. Die Sucht war einfach stärker. Aber ich lerne ja dazu.

In meinen Vorlesungen über Lebensmanagement kam mir dann der zündende Gedanke. Ich erzähle da über das Thema Paradoxe Aktionen, das sind Aktionen die gerade das Gegenteil von dem bewirken, was man eigentlich ursprünglich vorhatte. Ich erinnere mich an ein klassisches Beispiel dazu aus meiner Schulzeit. Es wurde ein Horrorfilm über die gesundheitlichen Schäden des Rauchens vorgeführt und die erste Reaktion, nach dem wir den Kinosaal verlassen haben, war: „Jetzt brauche ich aber eine Zigarette“. Denn vielen war nach dem Film so

kotzübel, dass die beruhigende Wirkung der Zigarette wirklich die beste Antwort darauf war.

Der andere wichtige Hinweis kam durch das Referat eines Studenten. Er war begeisterter Raucher und erinnerte mich an alle Vorteile des Rauchens, die ich ja schon aus eigener Erfahrung kannte: Rauchen hilft sich zu konzentrieren, es macht schlank, es sozialisiert stark, bei den Rauchern ist immer mehr los, die Leute sind kreativer. Auf die Frage nach den Nachteilen kam nun das einleuchtende Argument, die Vorteile überwiegen bei weitem die Nachteile.

Stört es dich, wenn ich rauche? -  
Stört es dich, wenn ich daran sterbe?

Es wird ja immer mit den hohen Kosten der Krebserkrankung argumentiert, aber im Vergleich zu den Kosten einer langen Rente eines Gesunden sind die Behandlungskosten Peanuts. Raucher leben ja sehr lange sehr viel teurer und besser und sterben dann so schnell, dass die volkswirtschaftliche Bilanz wirklich zu ihren Gunsten spricht. Sie entlasten spürbar die Rentenkasse und schaffen sehr viele Arbeitsplätze. Sie helfen auch der Pflegeversicherung, denn wer mit 60 an Lungenkrebs stirbt, wird sicher kein Opfer der Alzheimerkrankheit mit 80.

Die richtige Strategie mit dem Rauchen ist also nicht dagegen anzukämpfen, sondern ganz im Gegenteil, solange man dadurch nicht betroffen ist, heißt es das RAUCHEN DER ANDEREN ZU FÖRDERN, WO ES NUR GEHT. Natürlich darf man sich selbst dabei nicht mitreißen lassen. Die Anderen müssen rauchen, damit es den Nichtraucher gut geht. Soviel Klugheit muss schon sein.

Wir müssen also nach Wegen suchen, Raucher von den Nichtrauchern zu trennen und dann die Zahl der Raucher radikal nach oben zu treiben. Alle die oben erwähnten Vorteile treten dann ein. Die Nichtraucher können dann wieder mit 60 in die Rente gehen und müssen nicht länger arbeiten, sondern können mit gutem Gewissen ihren Lebensabend genießen.

Die Kosten der Pflegeversicherung werden so sinken, dass wir in Deutschland wieder den Buß- und Betttag feiern können. Eigentlich wäre es fair diesen Tag dann eher Rauchertag zu nennen. Denn diesen Feiertag können wir uns ja nur leisten, weil genügend Leute rauchen und die Pflegeversicherung nicht voll brauchen werden.

Mit dem Rauch- wird auch der Kaffeekonsum drastisch ansteigen. Ein weiterer Beitrag zur Gesundung der Wirtschaft, mit Auswirkungen sogar auf die Weltwirtschaft. Es wird weniger Arbeitslose geben, und dies nur, weil wir endlich wissen: durch Rauchen wird unsere Wirtschaft gesund.

Sie rauchen zu viel

- Wenn Sie Ihre Zehen zuletzt vor 10 Jahren gespürt haben.
- Wenn Ihr Schreibtisch einen eigenen Zigarettensautomaten hat.
- Wenn Sie Marlboro für die Hauptstadt von Amerika halten.
- Wenn Ihnen die Zigarette danach wichtiger ist, als der Sex davor.
- Wenn Ihre Frau eine Lärmschutzwand gegen Ihren Raucherhusten beantragt.
- Wenn für Sie ein Lungenzug erotischer ist als ein Zungenkuss.

- Wenn in Ihrem Büro immer die Nebelscheinwerfer brennen.
- Wenn die Zigarettenindustrie für Sie eine eigene Marke auf den Markt bringt.
- Wenn Ihre Lunge die Hauptrolle in dem Film „Das schwarze Loch“ spielen soll.
- Wenn Sie so schlecht aussehen, dass sogar die Rollstuhlfahrer für Sie aufstehen.

Natürlich wird es dem einen oder anderen auch Leid tun, wenn er nahe Angehörige, zum Beispiel seine Kinder, durch den Rauch sterben sieht. Aber dies können wir leicht steuern, indem wir vor allem uns Unbekannte zum Rauchen bringen. Zum Beispiel durch schöne Werbung. Durch Raucherfahrten mit dem Bus in schöne Raucherzentren. Nicht nur für Abenteurer, sondern auch für ganz Normale. Denn es müssen ja viele sein, die rauchen, nur dann macht diese neue Strategie wirklich Sinn.

Ich habe soviel schlimmes über das Rauchen gelesen,  
dass ich es schließlich doch aufgegeben habe.  
Das Lesen.

Ich bin stolz, dass ich durch Nachdenken eine gute Lösung gefunden habe. Für die Wirtschaft und für viele Einzelschicksale. Wenn man weiß, dass man nicht allzu alt werden braucht, wird vieles einfacher. Keine Kosten mehr für die Kapitallebensversicherung, man kann mit billigen Fluglinien reisen, man kann unbeschwert alle Pilzgerichte essen, jeden Job in einem Atomkraftwerk annehmen, auf deutschen Straßen Motorrad fahren usw. Wenn das kein Fortschritt ist?

# Entscheidungen

Richtige Entscheidungen zu treffen, kann ein intelligenter Mensch lernen, zumindest „im Prinzip“. Meist aber ist das Lehrgeld sehr hoch, denn man bezahlt dafür mit vielen falschen Entscheidungen. Es gibt aber einige Erfahrungen für Entscheidungen, die oft gelten und diese gebe ich hier an. Übrigens, vieles dazu findet man auch in der Praxiologie, z.B. unter Lernen und in vielen weiteren Abschnitten dort.

Entscheiden heißt zwischen mehreren Alternativen, meist mit einigen Randbedingungen, auszuwählen. Wer sich formal damit beschäftigen will, kann im Lexikon nachschauen. In der Praxis aber heißt richtig entscheiden, „erfolgreich zu sein“ oder im persönlichen Bereich „glücklich zu werden“. Private Entscheidungen und geschäftliche haben oft eine sehr unterschiedliche Basis.

Richtig ist eine Entscheidung, wenn sie zum Ziel führt, ein Problem löst oder glücklich macht. Optimal ist eine Entscheidung, wenn sie schnell und mit wenig Aufwand zum Ziel führt oder wenn sie nur das Problem löst und keine neuen Probleme schafft, das heißt keine Nebenwirkungen hat. Als klug werden jene bezeichnet, die uns ein gutes Gefühl geben.

Endgültig bewerten kann man eine Entscheidung immer erst im Nachhinein, wenn man alle ihre Folgen erleben muss. Man wird dabei feststellen, dass nicht nur der eigene Beitrag maßgeblich war, sondern dass immer auch äußere Umstände, wie Glück oder Pech, eine Rolle gespielt haben.

Meist muss man seine Entscheidung später rechtfertigen. Entweder ganz formal vor einem Gericht oder zumindest vor dem Urteil der Familie, der Öffentlichkeit oder der

Historiker, in jedem Fall aber vor sich selbst und seinem Gewissen. Um es gleich vorweg zu nehmen, immer nur richtige Entscheidungen zu treffen, ist für Normalsterbliche unmöglich.

Es gibt simple Entscheidungen, aber auch Entscheidungen im komplexen Umfeld. Beide unterscheiden sich stark voneinander. Erstere können wir fast mechanisch treffen, ohne viel nachzudenken. Einfach wird das Entscheiden auch, wenn es eine bewährte Theorie gibt. So wird niemand lange darüber grübeln müssen, wie viel  $2 \text{ mal } 2$  ist, wenn wir zuverlässig wissen, dass das Ergebnis  $4$  ist. Alles, was wir „als Tier“ instinktmäßig beherrschen, werden wir eher schnell und richtig mit unserem Bauchgefühl (Instinkt) entscheiden können.

Einfach sind auch die meisten Entscheidungen, bei denen wir uns auf unsere Kultur, die ja auch nichts anderes ist, als gelebte und bewährte Erfahrung, verlassen können. Auch etablierte moralische oder ethische Grundsätze erleichtern Entscheidungen. So war es bei meinen vielen Berufswechseln wichtig, dass der Chef angenehm war und mein persönlicher Mehrwert gestiegen ist. Der Rest war eher unwichtig.

Auch wenn ein großer Erfahrungsschatz, zum Beispiel in Form von Berichten, eines Handbuchs, eines Prozesses (z.B. Kochbuch) oder einer Bürokratie-Anweisung vorhanden ist, können wir leicht entscheiden, wenn wir diese Erfahrungen für uns nutzen können. Das Internet hat uns dabei einen Quantensprung gebracht. So hat heute kaum noch jemand das Problem das richtige Produkt für sich zu finden oder auch kaufen zu können, die vielen Erfahrungsberichte im Netz haben uns die Entscheidungen sehr erleichtert.

Noch relativ leicht sind Entscheidungen, für die es Fachexperten gibt. Gegen Honorar bekommt man dort die - hoffentlich meist - richtigen Antworten.

Schwieriger sind jetzt komplexe Situationen. Für sie gibt es meist noch keine Theorie, keine Erfahrung, keine Vorbilder, keine Kultur, wenig Zeit zum Überlegen und trotzdem ist Handeln angesagt. Kämpfen oder fliehen, so ist ein Grundmuster für diese Entscheidungen, von denen auch der deutsche Name kommt: Soll ich das Schwert in der Scheide lassen oder soll ich es ziehen?

Gute Entscheidungen zu treffen, die auch langfristig Bestand haben, ist keine leichte Aufgabe und ich habe Sympathie dafür, dass man Manager und Politiker, die sie treffen, auch gut dafür bezahlt. Denn in ihnen steckt unheimlich viel Wissen und Erfahrung und man bezahlt nicht nur eine aktuelle Entscheidung, sondern auch die ganze Vorarbeit dafür. Ich habe an meinem 50. Geburtstag (der für mich auch der Beginn des Vorruhestands war), einmal abgeschätzt, wie viel Geld in meiner Firmen - Ausbildung gesteckt hat. Allein die Kursgebühren in meiner etwa 20 Jahre dauernden Tätigkeit haben 250.000 Euro gekostet. Dazu kommen noch die Kosten des Studiums und der vorhergehenden Tätigkeiten.

Ich muss deshalb lachen, wenn man sich in Deutschland, wo Neid gerne gepflegt wird, daran stört, dass gute Manager so teuer sind und oft mehr als das 100 fache des Gehaltes ihrer Mitarbeiter bekommen. Sie leisten in vielen Fällen auch mehr als ihre 100 Mitarbeiter. Unverdient sind in meinen Augen nur die hohen Prämien für Versagen, die leider auch bezahlt werden.

Viele Menschen wissen zwar theoretisch, wie sie Entscheidungen treffen könnten, aber sie können sich nicht



dazu motivieren, es auch wirklich zu tun. Für sie empfehle ich das Kapitel „Aller Anfang wird leicht“, aus der Praxiologie, die es auch als Buch gibt.

Ob jemand nun entscheidungsfreudig ist oder eher Entscheidungen meidet, wird von vielen persönlichen, aber auch äußeren, Faktoren abhängen. In einer Diktatur, wo jede falsche Entscheidung tödlich sein kann, wird man sich anders verhalten, als in einer reichen, liberalen Umgebung, die Fehler leicht tolerieren kann und wo es völlig unkritisch ist, was jemand macht.

Wer großzügig und selbstbewusst ist, wird leichter entscheiden, als ein kleinlicher, unsicherer Perfektionist. Wer ehrlich und offen handelt, entscheidet ebenfalls leichter, als der oder die, die verschlagen oder raffiniert gelten wollen.

In Summe aber ist es für den Wohlstand des Einzelnen, wie auch für Volkswirtschaften, entscheidend, dass viele Entscheidungen relativ schnell getroffen werden und dass ein Großteil davon richtige Entscheidungen waren.

## Entscheidungsstrategien

Entscheiden oder Nicht Entscheiden? Nur wenn mich etwas betrifft und nur wenn ich es beeinflussen kann, brauche ich mich zu entscheiden.

Soll ich, soll ich nicht?		Es betrifft mich	
		JA	NEIN
Ich kann es beeinflussen	JA	Ja, handeln	Nichts tun
	NEIN	Beobachten	Vergiss es

Obwohl dies doch ganz plausibel klingt, halten sich wenige Menschen daran. Besonders junge, engagierte

Menschen und besserwissende Alte, denen oft langweilig ist, glauben sich überall einmischen zu müssen, auch wenn es sie überhaupt nichts angeht.

Wer zu viel entscheiden will, verzettelt sich, denn jede Entscheidung kostet Kraft, die man sich besser für wichtige, persönliche Entscheidungen aufhebt. Oft ist es auch gefährlich, sich einzumischen und mit jeder Entscheidung mischt man sich ein.

Leider ist es in unserer komplexen, vernetzten Welt nicht immer ganz einfach festzustellen, ob mich etwas betrifft. Aber vieles, worüber sich die Leute aufregen und diskutieren, betrifft sie definitiv nicht. Sie sind nur Opfer einer Medienindustrie, die es ihnen einredet. Wer es nicht glaubt, braucht nur die Nachrichten zu analysieren.

### **Nichts tun, aussitzen, beobachten**

Auch nichts zu tun, kann durchaus eine sinnvolle Entscheidung sein. Wenn die Priorität des Problems eher niedrig ist, wenn die Chance groß ist, dass das Problem durch Handeln eher noch zunimmt, warum sollte man dann was tun?

Ich habe lange gebraucht, um zu lernen, dass es viele temporäre Probleme gibt, die von selbst wieder vergehen und dass jede Aktion dazu nur vergebliche Mühe darstellt. Die Kunst, ist nur zu wissen, ob aus den kleinen Anfangsproblemen nicht dann später große, ja oft riesige Probleme entstehen.

Wer klug ist, behandelt auch solche Probleme wie andere, notiert sie und überprüft regelmäßig den Status, nämlich, ob das Aussitzen immer noch die richtige Lösung ist.

Nichts zu tun ist auch die menschliche Standardreaktion, wenn die Entscheidungen sie überfordern. In diesem Fall

ist der, der eine Entscheidung herbeiführen will, gut beraten, das Problem und die Lösungen so aufzubereiten, dass sie verstanden werden.

### **Abgucken und Nachmachen**

Eine sehr häufige Strategie, die durchaus Sinn macht, wenn es gute, erfolgreiche Vorbilder gibt. Ich habe viel von guten Vorbildern profitiert und mich bei manchen Entscheidungen gefragt, welche Wahl sie getroffen hätten.

Bei vielen Phänomenen ist es sogar richtig, mit der Masse zu gehen. Nicht, dass auch diese sich irren könnte, aber es bietet viel Schutz und macht den Aufwand für Entscheidungen klein. Natürlich kann man auch wie bei den Lemmings dabei untergehen, aber es wäre unklug, deshalb diese Strategie überhaupt nicht in Betracht zu ziehen.

### **Gesamtentscheidung hinauszögern, aber früh beginnen**

Hier wird nicht von der langen Bank gesprochen, wo man nur hinausschiebt und keinerlei Vorbereitungen trifft. Viele Entscheidungen können in Stufen verlaufen und man muss nicht gleich am Anfang alles im Voraus entscheiden.

Oft ist es günstig, zwar schnell zu beginnen, aber nur soweit wie nötig zu entscheiden und damit Zeit zu gewinnen, um mehr Erfahrungen sammeln zu können. In der Computertechnik nennt man diese Methode „late binding“.

Gerade wenn man die Anfangsentscheidungen so treffen kann, dass man möglichst viele Optionen sich offen hält, dann ist das Hinauszögern kein Nachteil, weil trotzdem vorbereitet ist.

Man erspart sich aber unter Umständen hohe Kosten, wenn die Gesamtentscheidung sich doch nicht als so glücklich erweist, wie man es sich erhofft hat.

### **Korrigierbare Entscheidungen**

Die wenigsten realen Entscheidungen sind korrigierbar. Man kann kein billiges UNDO machen, wie es die Binärgeneration immer gerne glaubt. Einmal entschieden, muss man mit all den Folgen leben oder zumindest kostet eine Reparatur der Entscheidung unverhältnismäßig viel Aufwand.

Es ist daher wichtig, sich zu versichern, ob man eine Entscheidung leicht korrigieren kann. Nur in diesem Fall wird man wesentlich schneller entscheiden können, weil das Risiko auch viel geringer ist.

Korrigierbare Entscheidungen sind der Trick, mit dem man Zaudernde überzeugen kann. Man bietet ihnen an, dass sie eine gewisse Probephase haben. Die Entscheidung wird dann erst bindend, wenn sie lange genug versuchsweise ausprobiert wurde.

### **Entscheidungen zwischen ähnlichen Alternativen**

Obwohl diese meist ziemlich unkritisch sind, werden sie gerne rausgezögert, besonders von Perfektionisten. Sie können sich nicht entscheiden, weil die Unterschiede nicht deutlich genug sind. Hier sollte man sich angewöhnen, wirklich schnell zu entscheiden. In solchen Fällen kann man auch losen oder würfeln. Das hilft mehr, als weiter über ein unbedeutendes Problem zu grübeln.

### **Für das kleinere Übel entscheiden**

Muss man sich zwischen unkritischen Alternativen entscheiden, die alle nicht das Gelbe vom Ei sind, dann trifft die Wahl meist das kleinste Übel. Nach der Entscheidung

wird man damit zwar nicht allzu glücklich sein, aber man hat das Problem wenigstens weg vom Tisch.

### **Testen, versuchen, modellieren**

Bei all diesen Aktivitäten trifft man Entscheidungen in einem künstlichen Umfeld, wo die Fehlentscheidung keinen großen Schaden anrichten kann. Erst wenn der Test geklappt hat, überträgt man die Entscheidung auf eine reale Umgebung.

Ein großer Vorteil, neben der Schadensbegrenzung, ist, dass man ein wesentlich besseres Verständnis für das Problem entwickelt, wenn man es anschaulich macht und z.B. auch in mehreren Varianten zu lösen versucht.

In der Politik macht man diese gerne durch Versuchsbällons, z.B. in Form von Gerüchten. Stoßt das Gerücht auf allgemeine Ablehnung, dann hat auch die Durchsetzbarkeit nur geringe Chancen.

Bei Produkten auf vielen Märkten muss man sich immer erneut klar machen, dass man nicht selbst entscheidet, was der Markt verlangt, sondern dass man nur Angebote macht und schaut, was läuft oder was nicht ankommt.

Tests kann man in vielerlei Form ausprobieren, man muss daran denken, dass man diese Option hat.

### **Beraten, mehrere Meinungen einholen**

Keine Entscheidung ohne Beratung, das ist ein Prinzip, das in vielen Kulturen gilt. Das Wichtigste an der Beratung scheint mir zu sein, dass man sich noch einmal genauer über die Sache, die Alternativen und auch die Folgen einer Entscheidung klar wird.

Es ist gar nicht immer notwendig, dass der Berater ein Top-Fachmann ist. Es ist schon hilfreich, wenn man

versucht, das Problem und seine Lösung jemandem zu erklären, warum und wie man etwas machen will und sich dann kritische Rückfragen anhört.

Wenn auch oft nur ein Einzelner die Verantwortung tragen muss, so sind für ihn die Meinungen der anderen wichtig. Er kann sich damit absichern, gleich die Hintergründe seines Handelns kommunizieren und wahrscheinlich die Risiken besser abschätzen.

Bei mehreren Meinungen hat man leicht die Qual der Wahl. Wenn es nun Experten sind, passiert es leicht, dass sie stark divergierende Meinungen haben werden. Wem glaube ich nun? Es gewinnt meist der, der den sympathischsten Eindruck macht oder der, der die Position des Entscheiders stärkt. Beides muss nicht unbedingt optimal sein! Berater sollen auf keinen Fall Entscheidungen abnehmen, da sie andere Interessen verfolgen werden.

Manche Entscheider machen den Fehler, dass sie immer der letzten gehörten Meinung zustimmen. Auch dies wird auf die Dauer für ihre Position nicht gerade förderlich sein.

Hat man keine Gesprächspartner als Berater, dann kann man immer noch beten.

### **Aus dem Bauch entscheiden**

Im Prinzip heißt dies, dass man seine Entscheidung nicht begründen kann oder will. Damit mag man manchmal richtig liegen, aber bei vielen komplexen Problemen versagt die Intuition. Gerade in Wirtschaftsfragen werden dann die Bauchentscheidungen eine gefährliche Angelegenheit.

Das Bauchgefühl wird gerne in eine Vision verpackt und dann implementiert. Man muss aber auch die vielen kleinen Probleme denken, die es zu lösen gibt und die in der Praxis auch den vielleicht an sich guten Gedanken undurchführbar werden lassen.

### **Eine kritische, persönliche Entscheidung überschlafen**

Damit gibt man seinem Körper (mit seinen Somatischen Markern) die Gelegenheit die Entscheidung noch einmal in Ruhe zu überprüfen. Man versucht damit das Unbewusste (das emotionale Erfahrungsgedächtnis) mit seiner Vernunft (dem Bewusstsein) in Einklang zu bringen.

Der große Vorteil, wenn man mit seiner Entscheidung glücklich ist, besteht darin, dass man auch bei kleineren Schwierigkeiten in der Durchführung zu ihr steht. Ob sie deshalb wirklich dauerhaft richtig war, kann man bezweifeln, sonst gäbe es viel weniger Scheidungen.

### **Entscheidungen delegieren oder zurückverweisen**

Konkret heißt dies, die Verantwortung für die Folgen nicht übernehmen zu müssen. Muss man entscheiden, hat man ja keine Wahl. Aber oft muss man dies nicht wirklich, sondern jemand anderer versucht nur, seine Entscheidung abzuwälzen.

Was soll ich anziehen? Wenn dies eine Frau fragt, dann kann man getrost die Entscheidung zurückverweisen. Wenn man nicht betroffen ist, dann muss man sich auch nicht einmischen. Wer entscheidet, d.h. auch seine Meinung äußert, mischt sich aber ein.

In der Politik, wenn man nicht weiß, wie die Wirkung einer Entscheidung sein werden, delegiert man klugerweise häufig seine Entscheidung, zum Beispiel an seine Minister. War die Entscheidung falsch, dann muss eben

der Minister seinen Job wechseln, seinen eigenen Sitz aber behält man.

Oft wird man durch seine Eitelkeit zu Entscheidungen verführt. „Du kennst dich da ja gut aus“, beginnen dann die Anfragen. Nur wenn man sich wirklich gut auskennt, sollte man sich darauf einlassen, ansonsten sind diese Fragen Fallen, aus denen man entweder schlecht wieder rauskommt oder bei denen man zumindest Prestige verlieren kann.

### **Den richtigen Zeitpunkt abwarten**

Viele Entscheidungen wären optimal, wenn sie zu einem bestimmten Zeitpunkt getroffen worden wären. Überall, wo es Zyklen gibt, wird der Zeitpunkt des Handelns die wichtigste Entscheidung sein. Es gibt wenig, wo es nicht auf den Zeitpunkt ankommt.

Systemkenntnisse, Geduld, aber dann auch schnelles Beginnen, erleichtern das richtige Handeln. Oft muss man einfach warten, bis die Zeit reif ist.

### **Ablaufdatum festlegen**

Es gibt nur wenige vernünftige Entscheidungen, die für immer gelten können. Es ist daher klug, gleich bei der Entscheidung das Ende festzulegen. Versäumt man dies, dann leidet man bei Veränderungen zu sehr unter den einmal getroffenen Festlegungen.

### **Entscheidungen erneut analysieren**

Auch wenn der Zeithorizont mancher Entscheidungen nicht klar definierbar ist, so sind doch oft Anpassungen an Veränderungen notwendig. Nur so kommt man zu permanenten Verbesserungen.

Auch die Analyse fehlerhafter Entscheidungen kann nützlich sein. Was war gut, was war schlecht? Wer aus



Entscheidungen lernen will, wird sich diese Mühe machen.

### **Einfachheit der Entscheidungen**

Einfachheit ist ein wichtiges Merkmal guter Entscheidungen. Nur einfache Regeln kann man befolgen und gut kommunizieren.

### **Keine der offensichtlichen Alternativen wählen - Das Richtige tun**

Bei großem Zeitdruck übersieht man gerne Alternativen. Man glaubt nur zwischen den wenigen offensichtlichen wählen zu können. Hätte man mehr Zeit, dann würde man lieber das Problem aber grundsätzlich anders lösen.

Diese Lösungsvorschläge beginnen meist mit „Eigentlich sollte man...“. Ich habe gelernt, dass dies oft die besten Entscheidungen sind und nenne das Motto dazu „im Zweifel tue stets das Richtige“.

Nicht immer hat man diese Option, aber wenn man sie hat, dann lohnt es sich, die kurzfristigen Vorteile gegenüber den längerfristigen aufzugeben.

### **Aporetische Konflikte - Catch 22**

In einem anderen Abschnitt der Denkstelle gibt es weitere Hinweise dazu. Man hat zwar mehrere Alternativen, aber jede führt in den Untergang. Das klassische Beispiel ist die Wahl zwischen zwei Zetteln in einer Urne. Auf dem einen soll stehen „Du bist frei“, auf dem anderen „Du musst sterben“. Tatsächlich steht aber auf beiden „Du musst sterben“ und ganz egal, was man zieht, es ist vorbei.

Solche Konflikte erfordern Kreativität, man muss die Ebene verlassen, auf der man entscheiden muss. Im vorgehenden Fall nimmt der Proband einen Zettel aus der

Urne und verschluckt ihn sofort. Damit hat er die Falle vermieden.

Verfolgt man Gehaltsverhandlungen zwischen Gewerkschaften und Arbeitgebern, dann werden auch hier die Alternativen für Gehaltserhöhungen allesamt als verheerend dargestellt. Geht es der Wirtschaft gut, dann stoppen Gehalterhöhungen das Wachstum, geht es ihr mittelmäßig, dann wird es danach bergab gehen, geht es ihr schlecht, dann wären Erhöhungen sogar katastrophal. Aber die Realität zeigt, dass es hier nur um Meinungsmache geht, in den meisten Fällen wird man sich durchaus vernünftig einigen können.

### **Orakel**

Orakel sind nützlicher, als man denkt. Ihr Image wurde durch zweifelhafte Horoskope und Scharlatane verdorben. Ein gutes Orakel ist eine „Sammlung von ewigen Wahrheiten“, und hilft, die engen Denkbahnen beim Entscheiden zu verlassen und etwas Abstand zu gewinnen.

Beispiele für nützliche Orakel sind „Die Kunst der Klugheit“ oder das chinesische „I-Ging“. Man kann aber auch einfach ein dickes Buch irgendwo aufschlagen, z.B. die Bibel oder ein Lexikon, und dort den nächsten Satz lesen.

Selbstverständlich wird man diese Texte nur als Denkanstoss einsetzen und sie nicht wörtlich befolgen, denn das wäre meist dumm. Aber der Denkanstoss, in eine neue Richtung, kann sehr wesentlich sein.

### **Paradoxe Entscheidungen**

Man entscheidet sich für das Gegenteil, was die Intuition vorschlägt. Mehr dazu auf einer eigenen Seite der Denkstelle im Internet.

### **Kollektiventscheidungen oder Einzelentscheidungen**

Wir wissen, dass beide ihre Vorzüge haben, aber auch ihre Nachteile. Die wesentlichen Vorteile einer Kollektiventscheidung sind, dass sie von mehr Menschen getragen werden, dass sie damit - meist als Kompromiss - leichter durchsetzbar sind und dass sie vielleicht besser überlegt sind.

Allerdings sind sie sehr langsam, oft sind die Kompromisse faul, das heißt nur ein Minimum an Übereinstimmung findet sich in ihnen wieder und sie lösen das Problem nicht. Aus der Gruppendynamik wissen wir, dass die beste Einzelentscheidung fast immer besser ist, als die Gruppenentscheidung.

### **Entscheidungshilfen**

Gerade bei vielen Alternativen wird man Hilfsmittel brauchen, um nicht die Übersicht zu verlieren. Beliebte sind grafische Methoden: z.B. ein Bild, eine Matrix oder ein Baum, vielleicht auch ein Diagramm.

Erst durch das Aufschreiben und Darstellen bekommt man einen Überblick für die Möglichkeiten und die Folgen. Reden allein führt nicht viel weiter. Das sieht man am Deutschen Bundestag, in dem nur geredet wird und wo es keine Möglichkeiten gibt, seine Rede durch eine Grafik zu untermauern. Dies macht doch verständlich, dass viele Entscheidungen aus diesem Haus unbrauchbar sind.

Es erfordert lange Übung, ein guter Entscheider zu werden. Große und vielfältige Sachkenntnis, ein solides

moralisches Fundament, Mut und Risikobereitschaft, Leidenschaftslosigkeit in der Analyse, aber Begeisterung bei der Implementierung, exzellente Kommunikationsfähigkeiten, Selbstbewusstsein, unendliche Ausdauer und Geduld, sowie Menschenkenntnis, lernt man nicht über Nacht und in einem Volkshochschulkurs.

Mich stimmt es tröstlich zu wissen, dass es unmöglich ist, immer nur die richtige Entscheidung zu treffen. Dieses Wissen vermittelt ein Gefühl von Freiheit, lässt uns mit den Fehlern besser leben und es beschleunigt Entscheidungsprozesse.

Eine gute Übung sind Probeentscheidungen. Man testet sich an fremden Problemen und versucht spielerisch, ohne großes Risiko, richtig zu entscheiden, z.B. bei einem Börsenspiel. Man gewinnt zwar nichts dabei, aber man sammelt Erfahrungen. Auch die Analyse erfolgreicher, wie auch schief gelaufener Entscheidungen schärft die Sinne dafür, worauf es ankommt.

Vieles wird man zwar nicht abstrahieren und dann generell anwenden können, aber mit jeder Frage gewinnt man an Systemwissen dazu. Dieser reiche Erfahrungsschatz, gepaart mit der Zuversicht, das Richtige zu tun und dem Selbstbewusstsein, es zu schaffen und zu vollenden, das macht aus guten Entscheidern erfolgreiche Führungskräfte und glückliche Menschen.

## Midlife Crisis

So ab 40 fragen sich viele Männer: Soll so mein Leben weitergehen? War es das schon? „Eigentlich ist alles in Ordnung, aber zufrieden bin ich damit nicht!“ fasst vielleicht mancher sein Gefühl mit seinem Leben in Routine am besten zusammen. Frauen haben durchaus ähnliche Gefühle, aber bei ihnen erklärt man diese dann als Erscheinungen der Wechseljahre, der Menopause. Männer hingegen zeigen kaum so drastische biologische Veränderungen, als dass man bei ihnen von männlichen Wechseljahren sprechen könnte.

Aber wissenschaftliche Erklärungen helfen kaum über die Situation hinweg. Sind doch die Symptome für die Betroffenen so eindeutig. Die Karrierechancen werden plötzlich drastisch weniger, man braucht auf einmal eine Brille, es stört zunehmend die immer deutlichere Glatze, die Falten werden sichtbar, die Leistungsfähigkeit wird spürbar weniger. Scheidungen werden häufiger oder die Folgen vergangener Scheidungen sind spürbarer.

Zwar sind alle Einschränkungen einzeln gesehen gering, aber in der Summe sind sie durchaus markant. Kann man sich doch noch so gut daran erinnern, wie viel besser es früher gelaufen ist.

Auf der anderen Seite steigen die Anforderungen ständig. Die Kinder werden größer und anspruchsvoller, die Eltern älter und beginnen gebrechlich zu werden, beides fordert die Menschen um 40 durchaus spürbar. Größere finanzielle Verpflichtungen, wie Erwerb von Immobilien, werden eingegangen und belasten zusätzlich.

Die ersten Freunde oder Bekannten bekommen Herzinfarkte, einige sterben auch schon an Krebs. Der Tod wird konkreter und das Bewusstsein wächst, dass das

Leben endlich ist und vielleicht sogar kürzer ist, als man sich das bisher vorgestellt hat.

Mag der Ausdruck „Krise“ zwar übertrieben sein, er passt ganz gut für diesen Übergang, der für viele einen kreativen Schub bringen wird, finde ich. Denn er hilft, sich die neue Situation bewusst zu machen und einige Veränderungen einzuleiten. Viele kommen sich in der Mitte des Lebens vor, in einem „Gefängnis“ zu leben. Zwar hat man sich dieses Gefängnis mit Routine selbst geschaffen und es ist objektiv auch gar nicht so schlecht darin zu leben, aber man fühlt sich doch eingeeengt, vielleicht sogar eingesperrt. Und die Aussicht, darin den Rest seines Lebens verbringen zu müssen, ist wenig motivierend.

Die Perspektiven der Jugend sind entweder schon erfüllt oder sie müssen für immer abgeschrieben werden. Wo sind jetzt die neuen Perspektiven? Nachdem der biologische Sinn des Lebens schon erfüllt ist (für Nachkommen zu sorgen), was bleibt jetzt noch? Wirklich nur ein Buch zu schreiben und einen Baum zu pflanzen?

Viele Männer bemerken auch ein Nachlassen ihrer sexuellen Potenz, auch wenn dies nur langsam geschieht. Sie fürchten sich vor den zwei Tiefpunkten der Männlichkeit, erstens wenn es das zweite Mal nicht mehr klappt und dann zweitens, wenn es das zweite Mal zum ersten Mal nicht mehr klappt.

Es werden Schuldige gesucht, nicht selten müssen dann Familienangehörige, Partner sowohl als auch Kinder, dafür herhalten. Aber auch dieses verbessert die Situation nicht, ganz im Gegenteil.

Die Begrenzungen des Gefängnisses werden gar nicht so klar wahrgenommen, denn es sind nicht nur die

Verpflichtungen, sondern inzwischen auch die Gewohnheiten, die fast noch mehr einengen. Gewohnheiten, die aus Erfahrungen entstanden sind und die sich bisher gut bewährt haben und die im Alltag durchaus auch für Effizienz gesorgt haben.

Vielen platzt dann in dieser Situation der Kragen und mit - immer noch - jugendlichem Ungestüm werden dann Impulshandlungen eingeleitet. Neue Partner (mit Scheidung) oder aus dem Berufsleben aussteigen (endlich werden die wahren Berufsträume erfüllt) sind dann häufige Reaktionen oder zumindest häufige gewälzte Gedanken.

Für kurze Zeit mag dies sogar Erleichterung bringen, aber das Problem lag ja weniger im Umfeld, als in einem selbst. Und vor sich selbst kann man so schlecht fliehen. Also werden die revolutionären Ansätze oft gar nicht so erfolgreich sein. Ein sanfter, aber konsequenter, evolutionärer Ansatz erscheint mir nicht nur als der „vernünftigeren“ Weg, sondern auch als der langfristig wirkungsvollere zu sein.

### **Die Lebensbilanz**

Es wird in diesem Lebensabschnitt Zeit, eine erste Bilanz zu ziehen. Praktischerweise geschieht dies in Gesprächen, deren Ergebnisse aber notiert werden müssen, damit man auf ihnen aufbauen kann. Als Gesprächspartner bieten sich Ehepartner an (wenn diese Vertrauen zu einander haben), Freunde, die einen gut kennen, aber auch (dafür ausgebildete) Außenstehende, z.B. Therapeuten. Man wird für diesen „Termin mit sich selbst“ einige Zeit brauchen (z.B. ein Wochenende in einem schönen, ruhigen Ferienort) und auch dafür vom Alltag (z.B. von den Kindern) abgeschirmt sein müssen.

Sinn dieser Bilanz ist, sichtbar zu machen, was man denn schon erreicht hat und damit ein Fundament für notwendige Veränderungen zu haben. Denn Veränderungen kann man nur dann wirkungsvoll einleiten, wenn man nicht nur das Ziel genau kennt, sondern auch über die Ausgangssituation genau Bescheid weiß.

Wird diese Bilanz ehrlich gemacht, so wird man erkennen (müssen), dass in einigen Bereichen des Lebens die Höhepunkte schon überschritten sind. Zum Beispiel für die Karriere wird dies gelten. Denn die meisten werden mehr oder weniger auf dem Plateau, das sie bis dahin erreicht haben, bleiben müssen. Nur wenige werden weiter aufsteigen, aber es werden auch einige absteigen.

Mit der Karriere wird sich auch das Einkommen stabilisieren. Größere Sprünge nach oben werden unwahrscheinlich, eher steigt schon die Gefahr, z.B. durch Arbeitslosigkeit, Einbußen hinnehmen zu müssen.

Auch körperliche Leistungen (z.B. im Sport) werden kaum noch zu überbieten sein. Für Berufssportler ist dies keine Neuigkeit, aber viele Laien sind gut beraten, dies dann zur Kenntnis zu nehmen. Es werden ihnen dadurch vielleicht größere Probleme mit Unfällen oder Verletzungen erspart bleiben.

Aber nicht alles nimmt ab. Viele wichtige Bereiche profitieren von der Anhäufung mit der Zeit. Der wichtigste ist sicherlich die Erfahrung, auch Kontakte gehören dazu. Ebenfalls kann - bei vernünftiger Haushaltsführung - auch das Vermögen ansteigen.

Als gute Checkliste für das Bilanz-Gespräch kann die Liste der Lebensressourcen dienen. Mit ihr wird man wichtiges kaum vergessen.



## **Neue Horizonte**

Bei den meisten Menschen wird diese Lebensbilanz ganz erfreulich ausfallen. Viele werden Genugtuung dabei empfinden, vielleicht sogar Stolz. Aber das Problem war ja weniger die Vergangenheit, sondern es sind die Perspektiven für die Zukunft.

Wie kann man nun mit dieser Bilanz „Neue Horizonte“ erschließen? Alles aufgeben und neu anfangen? Sicherlich würde dies neue Herausforderungen bringen und den einen oder anderen auch zu neuen Höchstleistungen anspornen, aber das Risiko ist doch sehr groß, vor allem in wirtschaftlich schlechten Zeiten.

Wer allerdings feststellt, dass sein bisheriges Leben fast nur von Eltern oder Partnern fremdbestimmt war, hat jetzt - wahrscheinlich zum letzten Mal - die Chance für wirklich radikale Veränderungen. Und er oder sie wird diese dann auch mit aller Gewalt (und wahrscheinlich auch gegen alle Vernunft) durchsetzen. Dies wird aber nur selten der Fall sein, sind wir doch als Friedensgeneration in einem reichen, liberalen Land alle schon mit relativ wenigen Zwängen aufgewachsen.

Ein sicheres Einkommen mag zwar keine totale Sinnerfüllung sein, aber es ist doch eine gute Basis für vieles. Also warum dieses gute Fundament aufgeben? Denn ab 40 wird es schon schwer, sich nochmals ganz neu zu positionieren und ab 50 wird es fast unmöglich.

Aber es gibt im Berufsleben - auch in Krisenzeiten - immer wieder Chancen zu neuen Herausforderungen, die weniger riskant als ein totales Aussteigen sind. Sie versprechen zwar auch keinen Aufstieg, machen aber trotzdem Spaß, weil sie die Erfahrung erweitern, neue Kontakte versprechen und auch neue Freiräume, eventuell sogar mehr Macht bieten. Sie bekommt man

meist durch Spezialisierung, die sich in dieser Lebensphase immer wieder anbietet. In den Nischen des Spezialgebiets lässt es sich dann - zumindest für einige Zeit - dann meist ganz gut leben.

Aber auch das Gegenteil der Spezialisierung, die Generalisierung, ist eine interessante Möglichkeit für jene, die dafür geeignet sind. Die langjährige, reiche Erfahrung macht viele Menschen um die 40 zu idealen Lehrern. Viele bemerken in dieser Zeit ihr pädagogisches Talent und sie vermitteln ihr Wissen an andere, meist jüngere, weiter. Auch dies ist ausgesprochen befriedigend und eine gute Chance, seinem Leben wieder mehr Sinn zu geben.

Auch im weitesten Sinne politische Aktivitäten werden in dieser Lebensphase interessant. Die bisher geknüpften Netzwerke sind schon dicht genug, um sich - bei Interesse - nun in der Politik, sei es nun die Firmenpolitik oder auch die Parteipolitik zu versuchen. Dies wird nicht jedem liegen, aber Menschen, die gut kommunizieren können, nicht leicht zu frustrieren sind und ein großes Machtbedürfnis haben, sollten es zumindest riskieren.

In manchen Berufen kann man eine bezahlte (oder auch unbezahlte) Auszeit nehmen, ein so genanntes Sabbatical Leave. Diese Chance wird man gerade in dieser Phase des Lebens schätzen. Denn damit kann man sich ohne große Probleme neu positionieren.

Mit der Lebensbilanz in der Hand, aus der ersichtlich wird, was man bisher schon gut gemacht hat, wird man sicherlich im beruflichen Bereich einige Möglichkeiten für mehr Spaß am Leben finden.

Aber was ist mit dem privaten Bereich? Kann man auch hier das Leben umbauen und so damit bereichern?

## **Gewohnheiten**

Analog der beruflichen Entwicklung in die Breite (und nicht mehr in die Höhe) würden sich im Privatleben nun Hobbys anbieten. Sie können zu einer wichtigen Quelle der Zufriedenheit werden und neue Lebensinhalte bieten. Gut gewählt sind Hobbys dann auch für den Ruhestand wichtig, der zwar noch in weiter Ferne zu liegen scheint, aber es vergehen mit zunehmenden Alter die Jahre sehr viel schneller. Der Ruhestand kommt also mit Riesenschritten heran und nur wer sich in relativ jungen Jahren die notwendigen Fähigkeiten angeeignet hat, wird diese dann im Alter auch zur Verfügung haben.

Aber viele Menschen sind auch mit 40 schon gar nicht mehr in der Lage, neue Kreativität mit Hobbys zu entwickeln, weil sie so eingeengt sind von ihrem Umfeld, dass sie gar nicht mehr dazu kommen. Denn das Hauptproblem werden für sie die Gewohnheiten. Ihr Leben hat einen so festen Rhythmus, der ein Ausbrechen schon gar nicht mehr zulässt. Wer also sein Leben umbauen will, muss schon sehr viel Kraft aufbringen, will er (oder auch sie) das Gefängnis der Gewohnheiten aufbrechen und neue Verhaltensmuster zulassen.

Im Prinzip wäre der evolutionäre Ansatz zum Schaffen neuer Horizonte ganz einfach:

- Erkennen, wo unnötige Gefängnismauern sind.
- Systematisch diese abbauen und sich so neue Freiräume schaffen
- Die neuen Möglichkeiten mit neuer Freude füllen.

In der Praxis kann das dann extrem schwierig werden, denn die alten Gewohnheiten, die sich ja über viele Jahre so bewährt haben, werden kaum mehr verändert. Selbst bei Einsicht ist eine notwendige Veränderung oft nicht möglich, weil schon die Kraft dazu fehlt. So bekommen

die Menschen in der Mitte des Lebens das Image, dass sie kaum mehr zu verändern sind. Nur noch ganz drastische persönliche Ereignisse, wie Krebserkrankung, Scheidung, Tod eines Kindes oder neue Verliebtheit wären stark genug, Menschen aus dem Korsett der Gewohnheiten zu reißen, hat mir einmal ein erfahrener Personalchef erzählt.

Wenn es also so schwierig ist, sich selbst noch zu verändern, aber der augenblickliche Zustand auch alles andere als befriedigend ist, wo bleibt dann der Ausweg? Ich meine, es sind die kleinen Veränderungen, die genügen, um in ihrer Summe dann doch wieder eine größere Veränderung, ohne die vorher genannten dramatischen Anlässe, zu bewirken.

Fragen Sie sich dazu:

- Was mache ich regelmäßig?
- Kann ich da nicht etwas Abwechslung rein bringen? Was ändern? Oder vielleicht sogar ganz aufgeben?
- Kann ich nicht dafür Neues beginnen? Vielleicht als Hobby?

Es gibt so viele Bereiche, in denen wir viel mehr Freiräume haben, als wir denken. Ich habe mich dazu gelegentlich gezwungen, z.B. mit

- Einmal im Jahr an einen Ort fahren, an dem ich noch nie gewesen bin
- Pro Jahr zwei Kurse oder Vortragsreihen anhören, mit Themen, von denen ich bisher nicht viel verstehe
- Pro Jahr eine kleine, existierende Verpflichtung aufgeben. z.B. durch Austritt aus einem Verein, Kündigung eines Abonnements

- Regelmäßig aufräumen und etwas weggeben oder wegschmeißen

Ich nehme an, es wird Ihnen sicher noch viel mehr dazu einfallen. Letzten Endes formt man damit sein Leben um, ohne die sicheren Fundamente ganz aufzugeben. Dies mag zwar feige klingen, aber „Feige leben länger“.

### **Das Leben geht weiter**

Hat man erst einmal eingesehen, dass viele Höhepunkte des Lebens vorbei sind und hat man sich dann auf die neue Situation eingestellt, wird vieles leichter. Auch wenn diese Einsicht schmerzlich ist, sie bedeutet keinesfalls das Ende des Lebens. Wer es richtig macht, hat in der Mitte des Lebens noch ein sehr reiches und erfülltes Leben vor sich.

Die beiden großen Vorteile in der zweiten Lebenshälfte sind die gesammelte Erfahrung (Know-How) und die geschlossenen Kontakte (Know-Who). Beide wachsen kontinuierlich mit dem Alter und beide können immer besser eingesetzt werden.

Menschen in diesem Lebensabschnitt können auch immer mehr zu Genießern werden. Mit Kenntnis und auch mehr Geld als früher werden viele Genüsse jetzt erst erfahrbar und erschwinglich. Mit mehr Zeit und Gelassenheit lassen sich die Genüsse auch vertiefen.

Ebenfalls leichter wird der Verzicht auf Dinge, die man nicht wirklich unbedingt braucht. Mit dem Verzicht gewinnt man Freiheit. Man könnte dazu kritischer Weise sagen, wer sich nicht bewegt, spürt eben seine Fesseln nicht mehr. Aber man könnte es auch so sehen, dass mit jedem Verzicht die Gitterstäbe des Gefängnisses weiter weg rücken und man sich tatsächlich freier bewegen kann.

Auch lernen Menschen immer besser sich kennen und können so vielen Problemen leichter aus dem Weg gehen. Hat man manche Ziele abgehakt, bekommt man eine neue Narrenfreiheit, die man bestens nutzen kann. Dies gilt nicht nur für die Pensionierung, sondern schon vorher, man muss sich nur in Würde von der Jugend verabschieden können.

Leider macht es der Jugendwahn unserer heutigen Gesellschaft nicht leicht, dieses auch zu wagen. Aber ich denke, je mehr Menschen den Mut dazu finden, sich nicht immer den Zwängen „ewiger Jugend“ zu beugen, umso leichter wird es dann für die einzelnen. Und wir dürfen nie vergessen, dass Alte zunehmend politische Macht bekommen, auch dies wird ihnen helfen.

Ohne die Krise in der Mitte des Lebens würden wir uns nicht bewusst auf die neue Situation einstellen können. Wir brauchen also diesen Anlass, um die neuen Phasen unseres Lebens besser zu gestalten und um nicht dauerhaft unter den Veränderungen zu leiden. Also Männer (und Frauen) um die 40, nehmt diese neuen Chancen auch wahr!

Wie bei jeder Krise, so nutzen auch die Midlife Crisis manche Menschen, Firmen und Organisationen, um mit den Betroffenen Geld zu verdienen. („Krise = Chance“ wird da ganz egoistisch interpretiert!). Da darunter immer auch einige Scharlatane sind, sollte man besonders vorsichtig sein, wenn zu teure, zu einfache oder zu radikale Lösungen angeboten werden. Jugend ist nicht verlängerbar, nicht alles ist machbar oder erreichbar.

Eine realistische Sicht der Lage wird hilfreicher sein als nur Wunschdenken, ein evolutionärer Ansatz wird Erfolg versprechender sein, als eine totale Veränderung der Lage. Auch kleine Schritte können weiter führen und man

braucht nicht immer gleich seine Weltanschauung radikal zu ändern, nur um über eine Übergangsphase hinweg zu kommen. Manche Probleme vergehen einfach (fast) von selbst, das wird auch für die meisten Midlife-Krisen gelten. Oft braucht es nur etwas Einsicht und viel Geduld, um sie gut zu überstehen.

Übrigens, die nächste Übergangsperiode kommt bestimmt. Es ist der Abschied aus dem Berufsleben und der Eintritt in den Ruhestand. Mehr dazu in „Senioren besser verstehen“ auf [www.seniorenfreundlich.de](http://www.seniorenfreundlich.de).

# Quintessenz

Das Wort ist die effektivste Waffe

Das Gefühl die beste Motivation

Macht die stärkste Sucht

Freiheit das alles überragende Ziel

Kultur die Basis der Kommunikation

Gesundheit das höchste Gut

Zeit die flüchtigste Ressource

Wasser das wichtigste Lebensmittel

Wissen die sicherste Investition

Liebe die stärkste Kraft

Kooperation das Fundament des Wohlstands

Menschlichkeit das wichtigste Gebot



# Trost finden

## Worte des Trosts

Worte des Trosts brauchen wir oft. Im Trauerfall, bei Krankheiten, wenn wir das Erhoffte nicht bekommen, das Ziel nicht erreichen, wenn wir versagen, wenn wir uns schämen, wenn wir uns ärgern.

Ich habe, zugegeben nicht immer nur mit Ernsthaftigkeit, sondern auch mit etwas Humor, viele davon gesammelt. Sie haben vor allem mich selbst getröstet, aber ich bin sicher, auch andere werden damit wieder neuen Lebensmut finden.

### So ist es eben

Es gibt viele Varianten davon. Auf Mallorca habe ich von frustrierten Deutschen oft gehört „So ist es eben in Spanien“, in Köln heißt der Artikel 1 des Grundgesetzes (das auch noch viele weitere Weisheiten bietet) „Et es wie et es“, in Wien sagt man „Da kann man halt nichts machen“.

Man kann es mit „Sieh den Tatsachen ins Auge“ erklären, aber auch damit, dass du ohnehin nichts ändern kannst, also warum regst du dich auf. Dieser Gedanke wird zumindest kurzfristig hilfreich sein. Er spiegelt auch den Zwiespalt des Trosts wieder. Soll man sich wirklich mit allem abfinden, sollen wir wirklich alles ertragen, was wir nicht verändern können?

Vielleicht können wir doch etwas ändern, zwar nicht alles und für alle, aber vielleicht in unserem kleinen, überschaubaren Rahmen?

Schmerz oder Trauer zu erleiden, kann auch eine Lernerfahrung darstellen. Für viele, die durch lange Lebenserfahrung oder auch schlicht Dummheit „beratungsresistent“ geworden sind, ist ein Verlust oft der einzige Weg zu erkennen, dass eine Änderung vielleicht doch hilfreich wäre.

### **Du bist nicht allein**

Wenn wir mit Umarmen oder Streicheln trösten, dann drücken wir vor allem damit aus, dass der Leidende nicht allein ist. Gemeinsam ertragen wir viel mehr, als wenn wir alleine oder gar einsam sind.

Trotzdem meiden viele, die leiden und Trost brauchen könnten, die Gesellschaft. Sie schließen sich ein, sondern sich ab, wollen schlicht alleine sein. Sie vermeiden damit Einflüsse von außen, von denen sie befürchten, dass sie ihre Trauer oder ihren Schmerz noch verstärken könnten.

Auch hier wird ein Konflikt wieder ganz deutlich. Freude am Leben können wir ohne Gesellschaft nur schwer erreichen, aber wir fürchten uns vor ihr, weil wir z.B. wir uns vielleicht schämen, unsere Trauer zu zeigen oder weil wir fürchten, dass unser Schmerz und die damit verbundene Hilflosigkeit ausgenutzt werden.

Tiere stehen nicht unter Verdacht, dass sie dies tun, auch kleine Kinder sind ehrlich. Sie werden, zumindest für einige Zeit, gute Quellen des Trosts sein. Auch Menschengruppen, die uns nicht kennen oder die kein Interesse an uns haben, werden unvoreingenommen mit uns umgehen.

### **Lass dich nicht unterkriegen**

In unserer Sprache kommt Trost von „Treue, zu einem stehen“, in anderen Kulturen bedeutet es „Erleichterung“ oder „Erlösung“, im Griechischen steht es für „Ermuti-

gung". Dieser Aspekt gefällt mir besonders gut. Meine Mutter hat es mir oft vorgemacht, dass man sich nicht unterkriegen lassen soll und sich so selbst und auch uns Kindern in schwierigen Zeiten Mut zugesprochen.

Ein kleines Kind wurde beim Eislaufen gefragt, was es denn macht, wenn es stürzt. Die Antwort ist wunderbar: „Aufstehen und weitermachen!“ Sie passt für alle Situationen, wo Schwierigkeiten zu überwinden sind.

### **Sprich mit mir**

Es hilft vielen Menschen, wenn sie über ihre Schmerzen und Kümernisse reden können. Deshalb ist die Aufforderung sich mitzuteilen, nie falsch.

Nicht jeder wird es auch können. Aber wenn man sich lange genug Zeit nimmt, wird jemand, der Vertrauen hat, hiermit gut helfen können.

Zum Vertrauen gehört, dass man das Erzählte nicht weiter erzählt. Die Wahrnehmung in einer Extremsituation ist im Nachhinein oft unzutreffend oder sogar lächerlich und am besten man schweigt in der Folge darüber.

Mich tröstet übrigens das Schreiben sehr. Viele Probleme verschwinden fast von selbst, wenn ich sie aufgeschrieben und danach sicher verwahrt habe.

### **Eine Runde Mitleid**

Haben Kinder kleine Probleme, die in ihren Augen aber riesengroß sind, dann hilft eine Übertreibung, um sie zu trösten. Die Erzieherin ruft dann „eine Runde Mitleid für ...“ und alle sagen dann betroffen und bestürzt „Oooh“. Dies funktioniert auch bei Erwachsenen und bei einer kleinen Gruppe ganz gut.

Diese Aufmerksamkeit reduziert das Problem. Man weiß jetzt, alles haben davon Notiz genommen und damit ist es gar nicht mehr so schlimm.

### **Es geht vorbei**

Alles ist endlich, auch Schmerz und Leid. Leider wird im Extremfall der Tod die Erlösung bringen. Aber viele andere Schmerzen, sind wirklich nur für kurze Zeit relevant und wie z.B. bei Liebeskummer fragt man sich nachher, warum man denn so gelitten hat.

### **Es wird sich ändern**

In einer Welt des steten Wandels gibt es auch Chancen für Besserung. Die Hoffnung auf Änderung kann viel Kraft geben, auch ausweglos erscheinende Situationen gut zu überstehen.

Problematisch wird dieser Trost, wenn auf das Jenseits bezogen wird. Wer daran nicht glaubt, für den wirkt er nicht. Aber die Gläubigen werden damit geduldig und zufrieden, denn im „Paradies“ wird dann ja alles besser.

### **Es hätte schlimmer kommen können**

Es gibt immer noch Steigerungen des Unglücks, so dass dieser Trost meist passt.

### **Die Anderen sind schuld**

Für viele werden Misserfolge leichter tragbar, wenn sie sie anderen zuschieben können. „Ich habe ja alles versucht“, aber die anderen, das Schicksal, die Bösen etc. waren schuld.

Sie rauben sich damit zwar des Vorteils, aus den Fehlschlägen lernen zu können, aber sie sind glücklicher dabei.

## **Aktionen des Trostss**

### **Eine Reise machen**

Für mich immer noch eine optimale Form des Trostss. Nicht umsonst habe ich deshalb viele Reiseseiten erstellen können. Die ganze Misere hinter sich lassen, neue Eindrücke sammeln, die den Schmerz vergessen lassen. Mit Menschen zusammentreffen, die uns nicht mit unserer Vergangenheit belasten.

Das Reise wirkt noch effektiver, wenn man alleine reist. Man nimmt ja immer seine Probleme mit auf die Reise. Diese können durch die Reisebegleitung verstärkt werden.

Ich kappe für diese Tage auch den Kontakt zur Heimat. Schau mir keine (deutschen) Nachrichten im Fernsehen an, rufe nicht an, außer für kurze Statusmeldungen, lese keine deutschen Zeitungen. Was ich nicht weiß, ärgert mich nicht und was mich nicht ärgert, macht auch keinen Kummer.

Ich glaube, dass die Beliebtheit des Jakobsweges auch diesem Umstand zuzuschreiben ist. Körperliche Anstrengung, verbunden mit einem Ziel, das mit anderen zusammen erreichbar ist, das ist gut für die Seele!

### **Es sich gut gehen lassen**

Bei den vielen Begräbnissen, die ich in meinem Alter besuchen muss, ist ein gutes Essen danach ein wichtiger Trost. In lockerer Atmosphäre der Verstorbenen zu gedenken, scheint mir wichtiger zu sein, als all die frommen (und meist verlogenen) Reden, die zu dieser Gelegenheit gehalten werden.

Nicht nur Essen und Trinken trösten, auch eine Massage, eine Sauna, ein schöner Ausflug und viele andere Kleine Freuden spenden uns Trost.

Übertreibt man und greift man zu Drogen, dann wird das Vergnügen des sich gut gehen Lassens, allerdings nur kurz sein.

### **Körperpflege**

Menschen in Trauer oder in großem Schmerz tendieren dazu, ungepflegt zu werden. Dies ist auch ganz verständlich und sollte niemandem zum Vorwurf gemacht werden. Aber Pflege hat einen sehr positiven Einfluss. Wer sich pflegt, tröstet sich auch. Wer gut gepflegt wird, wird auch gut getröstet.

### **Aufräumen, ordnen, neu gestalten**

Gerade während Scheidungen suchen die Betroffenen Trost in mechanischen Tätigkeiten, die Ordnung schaffen, die die Umgebung, inklusive das eigene Äußere verändern.

Vom Staubsaugen bis zur neuen Frisur, vom Umräumen der Wohnung bis zum neuen Job wird dann vieles versucht, um eine Basis für neue Freuden zu schaffen. Meistens gelingt es dann auch ganz gut!

### **Ablenkung durch Konzentration auf Herausforderungen**

Viele finden Trost in ihrer Arbeit. Sie lenkt sie ab, die dabei notwendige Konzentration lässt Schmerz und Probleme schlicht vergessen. Wer nicht mehr arbeiten kann oder darf, der findet ähnliche Erleichterung bei den Hobbys. Nicht alle aber sind gleich gut geeignet. Eine optimale Kombination ist für mich das Tanzen. Hier vereinigen sich Bewegung, Musik und Gesellschaft mit

Konzentration, Herausforderung und damit auch schönen Erfolgserlebnissen.

### **Sport, Musik, Lyrik, die Seele pflegen**

Wer Seelenschmerzen hat, muss vor allem das Gefühl pflegen. Ich nenne es, die Seele pflegen, Wissenschaftler konzentrieren sich auf die rechte Gehirnhälfte. Nicht die Vernunft hilft uns weiter, sondern das Gefühl.

Wege dazu gibt viele. Sport, Musik, Lyrik sind nur einige Beispiele. Alles, was Raum für Kreativität und Bewegung lässt und zu einem Glücksgefühl führen kann, ist geeignet.

### **Tagebuch führen, Fakten notieren**

Wer wenige Möglichkeiten zur Kommunikation hat oder sie nicht nutzen will, der kann mit einem Tagebuch oder Blog, wie man es heute nennt, nicht nur Selbsterkenntnis, sondern auch Trost finden.

Mit dem Notieren schafft man eine Distanz zu seinen Problemen, sie werden damit auch bewusst und die Chancen, sie zu beheben, stiegen enorm.

Da in unserer Gesellschaft die Macht der Presse durchaus zählt, tröstet es bei Erleiden von Schaden, wenn man diese Vorfälle genau notiert. Aber auch bei persönlichen Kränkungen kann es tröstlich sein, seinen Schmerz aufzuschreiben.

### **Auf Rache sinnen**

Rache wirklich durchzuführen, lohnt sich meist nicht, unsere Gesellschaft schätzt das nicht. Aber die Gedanken daran sind tröstlich und sie geben Kraft die Schmach gut zu überstehen.

Wer mich schlecht behandelt, kommt auf eine virtuelle Liste (die Shit-List). Gelegentlich sehe ich dann im Internet nach, was aus diesen Menschen oder auch Firmen und Institutionen geworden ist. Der Höhepunkt meiner Genugtuung ist, wenn ich ihre Nachrufe finde, das heißt, sie haben - in meinen Augen - schon den Weg in die Hölle geschafft.

### **Eine neue Liebe**

Nichts fördert Lebensfreude mehr, als eine neue Liebe.

### **Sich mit Astronomie beschäftigen**

Bei den großen Dimensionen, die dort vorkommen, sind alle unsere Probleme klein. Einen ähnlichen Effekt erzielt man, wenn man aus großer Höhe unser Leben betrachtet. Darum fliege ich so gerne!

### **Andere trösten**

Es lenkt nicht nur ab, sondern die Befriedigung helfen zu können, gibt einem auch selbst Mut. Gerade bei vielen arg gebeutelten Alleinerziehern konnte ich beobachten, wie das Trösten ihrer Kinder sie selbst gestärkt hat.

### **Das Geschäft mit dem Trost**

#### **Shopping**

Wie viele Käufe werden als Rezept gegen den Frust gemacht! Ich weiß es nicht, aber ich weiß selbst, dass ich manche Käufe nicht wegen einer Notwendigkeit, sondern rein aus der Freude des Erwerbs gemacht habe und mich so getröstet habe. Ich vermute, anderen geht es ganz ähnlich.

#### **Arbeitswut**

Sehr großer Einsatz überspielt oft private Probleme. Chefs lassen diese Menschen selbstverständlich gewäh-



ren, denn ihre Arbeitswut scheint förderlich für sie zu sein. Aber auf die Dauer schaden sich alle damit und Chefs wären gut beraten, auch bei ihren Mitarbeitern auf eine gesunde Balance zu achten!

### **Sport**

Sport ist unserer Gesellschaft ein großer Treuster und auch ein gutes Geschäft, besonders, wenn es sich um passiven Sport (besser gesagt „Zuschauen“) handelt.

### **Kirchen**

Kirchen sind die wahren Meister des Trosts. Reiche Erfahrung und viele Möglichkeiten erlauben ihnen eine große Palette an Trost anzubieten. Hoher Bildungsgrad und Lebensstandard aber haben ihr Geschäft schwieriger werden lassen und der Machtverlust durch Trennung von Kirche und Staat haben zumindest in den aufgeklärten Kulturen zum Ende der Zwangsmitgliedschaften geführt.

Ich nutze aber gerne die tröstenden Einrichtungen der Kirchen, habe aber Distanz überall dort, wo es um meine eigene Freiheit geht. Denn diese zu verlieren, wäre das größere Problem für mich.

### **Tourismus**

Einer der Gründe, warum die Deutschen so gerne reisen, ist sicherlich der Frust im eigenen Land. Bedingt durch schlechtes Wetter, negative Nachrichten, Ungerechtigkeit, nervige, schlecht gelaunte, unfreundliche Menschen, flieht man dann gerne in die Sonne und Wärme, tröstet sich dann im Urlaub mit Lebensfreude und Genuss.

Hilfreich bei diesen Fluchten ist es, dass man nicht zulange wegbleibt und sich auch nicht zu viel um die Probleme in der Urlaubsregion kümmert. Man merkt dann schnell, dass vieles nur Schein ist und man belastet sich dann zu sehr mit neuen Problemen.

## **Haustiere**

Sind sie Kindersatz, dann werden sie auch zu Tröstern. Sie wirken sehr segensreich, ich selbst habe gerne Kontakt zu ihnen, streichle sie gerne und rede mit ihnen.

Ich habe hier nur beispielhaft einige „Geschäftsbereiche des Trosts“ angeführt. Wer mich kennt, weiß, dass dies gar nichts mit Anprangern zu tun hat, sondern eher als Hilfe zum Nachdenken, wie man mit dem Bedürfnis nach Trost, wie auch mit der Einsamkeit, seriöse Angebote für Dienstleistungen anbieten kann. Je mehr Angebote es gibt, um so eher wird der Einzelne eine Lösung für sich dabei finden!

# Der Sinn des Lebens

Mir ist klar, dass zu diesem Thema schon alles Wichtige gesagt wurde, aber trotzdem habe ich mir die Mühe gemacht, einige eigene Gedanken dazu aufzuschreiben. Was mich an den bestehenden Modellen stört, ist entweder ihre Kompliziertheit oder die absolute Unterordnung unter die Religionen. Ich denke, auch nicht religiöse Menschen sehen in ihrem Leben einen Sinn und auch Nicht- Philosophen, -Theologen oder -Psychologen haben das Recht, Modelle zu entwickeln, die helfen, schwierige Fragen zu beantworten.

Wir alle kennen das Modell der Antike (Sein-Haben-Schein) und die Bedürfnispyramide von Maslow. Hier werde ich ebenfalls ein dreistufiges Modell verwenden, das im Wesentlichen auf der Beobachtung der Menschen als Lebewesen beruht.

Weiterleben  
Leben  
Überleben

Man kann diesen Ansatz als Vereinfachung der Pyramide von Maslow ansehen, aber der darunter liegende Gedanke ist anders. Es geht mir weniger um das Stillen von Bedürfnissen, sondern um die Frage welche „Grundprogramme“ den Menschen innewohnen.

Denn als Programmierer war ich oft mit dem Problem beschäftigt, aus dem Verhalten eines Programms den Algorithmus abzuleiten und so habe ich dann in - vielleicht auch falscher - Analogie versucht die Grundalgorithmen von Lebewesen, aber auch Organisationen, die sich wie Lebewesen verhalten, zu finden.

Und meine überraschende, aber sehr einfache Erkenntnis ist, dass das Grundprogramm von Lebewesen LEBEN heißt!

Das heißt von der Geburt bis zum Tode wollen alle Lebewesen vor allem leben, und zwar meist in verschiedenen Varianten, die ich etwas willkürlich in drei Stufen darstelle, die aber in Wirklichkeit fließend ineinander übergehen.

Grundsätzlich wollen alle überleben, wenn sie dieses geschafft haben, das Leben genießen und wenn dieses möglich ist, es so gestalten, dass ihr Wirken auch nach ihrem Tode noch weiter sichtbar ist, das bezeichne ich hier als weiterleben, im Sinne von Ruhm oder Unsterblichkeit.

In die Bereiche Leben - Überleben fällt auch die Fortpflanzung, die ebenfalls allen Lebewesen inne wohnt. Darin erkennt man die ganz zentrale Funktion, die z.B. Sex für Menschen hat.

So einfach mein Modell ist, so hilfreich war es mir schon oft, wenn es um die Analyse des Verhaltens von Lebewesen, aber auch Organisationen ging.

# Theorien – Analogien

Die abstrakten Erkenntnisse der Systemtheorie und anderer Theorien haben mir bei praktischen Problemen oft geholfen. Ich versuche hier eine Reihe von Einsichten so darzustellen, dass man sie anwenden kann, ohne ihren genauen Hintergrund zu kennen. Mit Beispielen und Plausibilität wird dabei vorgegangen.

Für Puristen und Wissenschaftler wird dieser Abschnitt ein Horror-Kapitel darstellen. Sind doch viele Analogien, ohne ihre strengen Vorbedingungen, schlichtweg ungültig. Das Interessante in der Praxis aber ist, dass, auch wenn die Analogie falsch ist, sie doch hilft, kreative Lösungen und richtige Antworten für reale Probleme zu finden.

Der Vergleich Wasserbehälter mit dem Kondensator als Strombehälter ist nicht korrekt. Trotzdem kann er gut als Denkhilfe herhalten.

Theorien sind umso kostbarer, je einfacher sie sind und je genereller sie anwendbar sind. So einfach nämlich die Erkenntnisse auch sind, so setzen sie doch ein extremes Abstraktionsvermögen voraus, etwas was zwar Mathematiker, Programmierer oder auch Logiker entwickeln, aber Normalsterblichen doch fremd ist.

Abstrahieren (Verallgemeinern) heißt, durch Weglassen des Unwesentlichen, das Wesentliche hervorheben. Nicht jede Abstraktion ist für jeden Zweck gleich nützlich. Ihre Mächtigkeit spielen Verallgemeinerungen erst dann aus, wenn sie sinnvoll mit Gesetzmäßigkeiten kombiniert werden und auch wieder gelungen konkretisiert werden können.

Folgerungen auf hohem Niveau (Gesetzmäßigkeiten)

A	∨
A	∨
Abstrahieren	Konkretisieren

Ein wichtiges Hilfsmittel ist die Visualisierung, die Sichtbarmachung. Wenn es gelingt, eine gute Visualisierung zu schaffen, werden die Gesetze viel leichter verständlich und auch leichter eingesetzt.

Anhand der folgenden zwei Beispiele will ich erklären, was die Schwierigkeit ist, aber auch, was man dabei profitieren kann.

### **1. Beispiel: Mehr Kaffee in der Milch oder umgekehrt?**

Vor dir stehen zwei gleich große und gleich volle Tassen, eine gefüllt mit schwarzem Kaffee, die andere gefüllt mit Milch. Du nimmst einen Löffel Milch, gibst diesen in den Kaffee, rührst dort gut um, nimmst einen Löffel von dem Kaffee-Milchgemisch, gießt ihn in die Milch zurück und rührst dort auch gut um. Ist jetzt nun:

- Mehr Milch im Kaffee?
- Mehr Kaffee in der Milch?
- Gleich viel Milch im Kaffee wie Kaffee in der Milch?

Intuitiv entscheiden sich viele für die Antwort a, obwohl die Antwort c richtig ist. Interessant ist nun die Reaktion, wenn man c systemtheoretisch begründet:

Da in beiden Tassen vorher und nachher immer gleichviel drinnen ist (der Löffel Flüssigkeit, der zuerst weggenommen wurde ist dann im zweiten Teil wieder dazu gefügt worden) muss der kleine Teil an Flüssigkeit (z.B. die Milch im Kaffee) in der einen Tasse in der anderen

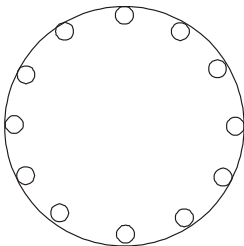
Tasse umgekehrt (als Kaffee in der Milch) vorhanden sein.

I=====I	I=====I
I MILCH I	I KAFFEE I
I-----I	I-----I
I I	I I
I KAFFEE I	I MILCH I
I I	I I
I I	I I

Ich habe diese Frage x-mal gestellt und auch die Lösung erklärt. Bemerkenswert: Oft wurde mir die Antwort c trotzdem nicht abgenommen. Das Gefühl siegt über die Vernunft!

## 2. Beispiel: Glasröhrchen-Schleuder mit Platz für 12 Eprouvetten.

Hier handelt es sich um ein einfaches Laborgerät. In einem Zylinder befinden sich 12 Plätze, regelmäßig im 12-Eck angeordnet, wie die Stundenpositionen einer Uhr, für 12 Glasbehälter (Eprouvetten). Da dieser Zylinder sich schnell dreht, muss die Anordnung der Glasröhrchen so sein, dass die Bestückung des Zylinders gleichmäßig ist, sonst eiert er und kann nicht schleudern. Die Frage ist nun, mit wie vielen Röhrchen und in welchen Anordnungen kann man stabil schleudern?



Wenn der Zylinder leer oder ganz voll ist, ist er gleichmäßig belegt. Die Zahlen 0 und 12 sind also gestattet. Mit nur einem Röhrchen wird er unstabil sein, das heißt eiern, dasselbe gilt dann auch für 11, der Ergänzung auf 12. Also die Zahlen 1 und 11 sind unstabil und daher ungeeignet. Mit 2,

z. B. auf den Stundenpositionen 12 und 6 geht es, somit

geht es auch für 10. Mit 3, auf den Positionen 12, 4 und 8 geht es, somit auch für die Ergänzung 9. Ebenso geht es mit 4, auf den Positionen 12,3,6,9, somit auch für 8. Insgesamt sind alle geraden Zahlen aus Symmetriegründen stabil, weil man immer einer Epruvette eine andere gegenüber anordnen kann.

Da man ausgewogene Füllungen überlagern kann, geht es auch mit  $3+4=7$  (genauer mit  $3+2+2$ , weil man 3 und 4 aus Platzmangel nicht überlagern kann) und somit auch für 5. Also alle Füllungen, außer 1 und 11 sind stabil.

Dieses Ergebnis überrascht doch und wurde allein aus den Systemeigenschaften Symmetrie, Überlagerung, und Ergänzung abgeleitet. Es ist ein gutes Beispiel, was abstrakte Überlegungen leisten können.

Wir können probehandeln, weil wir denken können.

Wir können denken, weil wir abstrahieren können.

Wir abstrahieren besser, wenn wir es immer wieder üben.

Das Erkennen von System-Eigenschaften, wie Symmetrie, Rotation etc. unterstützt das Abstrahieren!

## **Gestaltgesetze**

In den folgenden einfachen, grafischen Beispielen werden vor allem zwei grundlegende Gestaltgesetze angewendet:

1. Was gleich aussieht, gehört zusammen.
2. Was nahe ist, gehört zusammen.

○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼  
○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼  
○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼  
○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼ ○ ▼

Im vorhergehenden Feld ist nicht sofort klar, ob die zusammengehörigen Elemente die Zeilen sind, oder die



Spalten mit den „o“ oder „v“. Die Anordnung in den nächsten zwei Beispielen sorgt für bessere Klarheit.

o v o v o v o v o v o v

o v o v o v o v o v o v

o v o v o v o v o v o v

o v o v o v o v o v o v

o v o v o v o v o v o v

o v o v o v o v o v o v

o v o v o v o v o v o v

o	v	o	v	o	v	o	v	o	v	o	v
o	v	o	v	o	v	o	v	o	v	o	v
o	v	o	v	o	v	o	v	o	v	o	v
o	v	o	v	o	v	o	v	o	v	o	v
o	v	o	v	o	v	o	v	o	v	o	v
o	v	o	v	o	v	o	v	o	v	o	v
o	v	o	v	o	v	o	v	o	v	o	v

Die klassischen Gestaltgesetze sind intuitiv leicht verständlich. Auch unabhängig von grafischen Anwendungen ist ihre Kenntnis allgemein nützlich. Vor allem aber auch ihr Verneinungen:

3. Was nicht zusammengehört, soll ungleich aussehen.
4. Was nicht zusammengehört, soll entfernt sein.

Eine der Wurzeln der Entdeckung der Gestaltgesetze war die Erklärung der Optischen Täuschungen. Im Zeitalter von Multimedia werden immer neue Gestaltgesetze entdeckt und angewendet. Sie erklären, wie sich

Menschen in bisher nicht gekannten Dimensionen, wie Cyberspace und Virtueller Realität, zurechtfinden. Ihre Wahrnehmung in diesen Medien ist nicht immer mit den klassischen Aussagen voraussagbar. Vor allem der Faktor ZEIT wird in den bewegten Medien immer wieder für Überraschung sorgen.

### **Input - Output - Speicher**

Viele Systeme kann man als Black Box ansehen, mit Input und Output. Der Output wird eine andere Eigenschaft als der Input (Qualität) haben, oft eine andere Quantität haben, und normalerweise verzögert sein.

```
Input          !=====!  
i i i i i i ! System ! o o o o  
                !=====! Output
```

Leistet das System nur einen Transport, das heißt der Input-Ort ist wo anders als der Output-Ort, dann ist die Input-Menge gleich der Output-Menge, wenn im System kein Speicher oder eine Quelle ist und nichts verloren geht.

Bei mehr Input als Output wächst der interne Speicherbedarf. Ist dieser Platz erschöpft, wird kein Input mehr verarbeitet. Bei mehr Output als Input schrumpft der interne Speicher, unter Umständen die Ressource selbst. Einfacher könnte man doch nicht Zunehmen und Abnehmen erklären.

### **Ein Fluss fließt von der Quelle zur Senke**

Das Fließen hat für viele Menschen etwas Magisches, auch für mich. Es ist diese Gleichzeitigkeit von Statik und Dynamik, die so fasziniert und zum Beobachten einlädt.

Beim Beobachten von Flusstälern, z.B. dem jungen Donautal, wird einem klar, welche gestalterische Kraft Flüsse im Laufe der Zeit entwickeln.

Viele Prozesse, z.B. im Handel oder im Transport, haben etwas Fließendes in sich und haben mich dadurch zum Nachdenken angeregt.

Wenn etwas fließt, geschieht dadurch ein Ausgleich zwischen einer Quelle (oben) und einer Senke (unten). Wenn etwas verschieden ist (z.B. oben und unten, Fülle und Leere, Überfluss und Mangel) kann etwas fließen. Diese Unterschiede können die Grundlage für einen ergiebigen Handel bieten.

Es ist auf die Dauer nicht möglich, effektiv oder ökonomisch sich gegen die Flussrichtung zu bewegen. Aber sich mit der Flussrichtung, sich mit den molekularen Kräften zu bewegen, macht das Leben sehr viel einfacher. Darum ist es entscheidend für Erfolg oder Misserfolg, die „Flüsse“ zu beobachten und daraus auf die aktuellen Quellen und Senken zu schließen.

Versiegt die Quelle, wird bald auch der Fluss versiegen. Gibt es große Senken, können diese für ein niederes Niveau wieder eine Quelle werden. Soll es Bewegung geben, müssen Quellen und Senken geschaffen werden und eine (kleine) Möglichkeit des Ausgleichs zwischen beiden angeboten werden. Den Rest machen dann die molekularen Kräfte.

### **Energie verschwindet nicht**

Wir alle kennen diesen Satz aus der Thermodynamik, aber ich habe ihn oft viel weiter interpretieren können.

Nehmen wir einmal Geld als Form von Energie, dann kann Geld sehr viel verschiedene Formen annehmen.

Manche werden nützlicher für einen Zweck sein, als andere. Manche Formen werden leichter zu transportieren sein, manche werden sicherer sein, andere werden mehr Ertrag einbringen, und andere wieder mehr Freude machen.

Oder Motivation als Energie. Die eine Form kann zerstörend wirken, die andere sehr aufbauend. Manche Motivation ist sehr einfach zu bewerkstelligen, für eine andere fast unmöglich sie zu schaffen.

Es hat für mich etwas Tröstliches, dass solange Energie in irgend einer Form vorhanden ist, sie auch in eine Gestalt gebracht werden kann, die sich besser als eine andere eignet, umgesetzt und gebraucht zu werden.

Kehren wir nochmals zum Geld zurück. Es heißt doch, Geld verschwindet nicht, es wechselt nur den Besitzer. Für Bargeld stimmt dies auch. Anders jedoch für Buchgeld, das heißt, den Wert einer Sache (z.B. Immobilien oder Aktien), den man mit auch mit Geld ausdrücken kann. Dieser Wert kann sehr wohl verschwinden, wenn es dafür keine Nachfrage mehr gibt oder das Angebot zu groß ist!

### **Kettenreaktionen**

Eine Kettenreaktion kann nur auftreten, wenn es sehr viele, aktive Elemente gibt, die sich beeinflussen können und deren Interaktionen nicht zu stark gedämpft werden. In rascher Folge löst eine Reaktion die nächste aus. Die kumulierte Reaktion ist meist überraschend groß, bei der Atombombe unvorstellbar zerstörerisch.

Nicht nur im Krieg kommt sie vor, auch für den Kommerz oder die Propaganda versucht man sie einzusetzen. Dabei wird aber oft unterschätzt, dass man wirklich viele Beiträge braucht, um einen großen Effekt zu erzielen und

ebenso wird vergessen, dass die Einzelemente aktivierbar sein müssen, d.h. Energie gespeichert haben müssen.

Ein weiteres Problem ist das Zünden der Kettenreaktion. Wie bei einem Pulverfass kann es gut vorkommen, dass man den Zeitpunkt dafür gar nicht bestimmen kann oder falsch wählt: entweder beginnt die Explosion zu früh und verpufft ohne große Wirkung, weil nicht viele Elemente erreicht werden, oder sie kommt zu spät, wenn die Energie schon verbraucht ist. Oder sie beginnt, für alle überraschend, von alleine!

Auch die Stoßrichtung der Reaktion ist nicht immer vorhersagbar. Gegen wen richtet sich die freiwerdende Energie dann tatsächlich? Trotz aller dieser Probleme ist ein Konzept, das man in Betracht ziehen muss.

### **Blasen (bubbles)**

Spekulationsblasen kommen in der Wirtschaft immer wieder vor. Der Wert des Spekulationsgutes steigt durch positives Feedback stetig an, hat aber keinen Bezug zur Realität mehr. Er steigt nur durch steigende Nachfrage, die real nicht existiert. Es gibt also keinen Gegenwert mehr. Für kurze Zeit kann man mit dem Herdentrieb gut Geld verdienen, allerdings mit hohem Risiko, da beim Krach (crash, Zerplatzen der Blase), der immer kommt, das Geld dann verloren ist.

Für fast alle Blasen gilt:

- Gut verdient man nur, wenn man von Anfang an dabei ist.
- Wer spät einsteigt, hat ein großes Risiko, aber geringe Gewinnchancen.
- Jede Blase hat ihren Crash (Krach).
- Der Zeitpunkt des Krachs ist nicht vorhersagbar.

- Der Abwärtstrend geht schneller, als der Aufwärtstrend.
- Am Ende des Crashes geht kurzfristig der Wert sogar unter den Anfangswert.
- Ein Blase platzt nie isoliert, sondern hat immer generelle Auswirkungen.
- Blasen sind Indikatoren dafür, dass zu wenige andere Anlageformen für das viele verfügbare Geld vorhanden sind.
- Wer Blasen retten will, wirft gutes Geld dem schlechten hinterher.
- Solange Gier und Dummheit existieren, wird es auch immer Blasen geben.

### **Parallelisierung - Serialisierung**

Zu den grundlegenden Alternativen in Abläufen gehört die Frage wie viel und welche Abschnitte hintereinander (seriell, oder auch sequentiell) ablaufen müssen oder sollen und welche nebeneinander (parallel) oder fast nebeneinander ablaufen können. Für diese Entscheidung sind, neben der Zeitfrage und eventuellen Kosten für die Synchronisierung der Teilabschnitte, auch die Vervielfältigung der für die Abschnitte notwendigen Ressourcen zu betrachten.

```

      1           2           3
=====>>>>>>>>>#####

```

```

1 =====
2 >>>>>>>>
3 #####

```

In unserem Beispiel kann man die drei Abschnitte fast parallel durchführen und spart dadurch sehr viel Zeit.

Interessant ist das Synchronisierungsproblem. Es muss jemand bestimmen, wann die Teilabschnitte begonnen werden können und wie die Teilergebnisse wieder zusammengeführt werden können.

Die Kosten für die Synchronisierung können bei genügend großer Parallelisierung leicht alle anderen gewonnenen Vorteile auffressen. Für praktische Anwendungen ist es nützlich, die Anzahl der parallelen Wege auf 3 bis 4 zu beschränken. Damit kann ein Mensch noch relativ sicher umgehen.

Die wichtigste Parallelisierung ist die Duplizierung, die Verdoppelung, einer Ressource oder eines Abschnittes. Mit ihr kann sowohl der Durchsatz wie auch die Verfügbarkeit wirkungsvoll erhöht werden.

Ein Masseur hat sowohl am Kopfende wie am Fußende jeweils ein Flasche mit Massageöl. Mit diesem einfachen Trick hat erspart er sich täglich Hunderte von unnötigen Schritten.

In einem Haushalt ist die Vorratshaltung so organisiert, dass für jedes Lebens- und Gebrauchsmittel eine Reserve vorhanden ist. Geht etwas zu Ende, dann wird die Reserve verwendet und beim nächsten Einkauf wieder Ersatz nachgekauft.

## **Filter**

Ein Filter ist ein System, das einen Teil des angebotenen Inputs durchlässt, eine anderen aber abweist. Der Output eines Filters hat also bestimmte, voraussagbare Eigenschaften.

In einem Hochpassfilter der Nachrichtentechnik, werden z.B. nur hohe Frequenzen durchgelassen, die tiefen Frequenzen kommen nicht durch.

Filter sind auch die Passkontrollen an Grenzstationen, auch sie lassen nur bestimmte Menschen durch. Oder Filter sind auch Pfosten in der Straße, die zwar Radfahrer und Fußgänger durchlassen, aber Autos abhalten. Wer einmal in Filtern denkt, wird unzählige davon, auch in unserer - technischen und nichttechnischen - Umwelt entdecken.

Nachrichtentechnikfilter haben nun eine Eigenschaft, die fast für alle anderen Filter gilt. Je geringer ihre Bandbreite ist, desto mehr verzögern sie. Anders ausgedrückt, je genauer die Eigenschaften kontrolliert werden, ob jemand passieren kann oder nicht, umso länger dauert es.

Gerade bei Systementwürfen, bei denen Geschwindigkeit entscheidend ist, schafft diese Eigenschaft von Filtern unangenehme Probleme. Es ist nicht möglich gleichzeitig extrem schnelle und extrem enge, genaue Filter zu konstruieren. Lediglich im Computerbereich, wo fast mit Lichtgeschwindigkeit gearbeitet wird, fallen solche Betrachtungen heute nicht mehr ins Gewicht. In der Praxis wird man aber einen Kompromiss eingehen müssen.

Eine weitere Filtereigenschaft beschreibt das Abtasttheorem. Es besagt, dass - wenn man die Filtercharakteristiken kennt - man nicht alle Werte des Inputs kennen muss, es genügen einige Abtastwerte, um den Output vollständig zu beschreiben.

Speziell sagt es auch, je langsamer Systeme sich verändern, desto weniger Zeitpunkte genügen, um es genau zu beschreiben.

Man denke dabei nur an die Mutter, die ihr langsam sich bewegendes Kleinstkind auch nicht



ständig beobachten muss, und trotzdem immer weiß, wo das Kind sich befindet.

Nicht immer weiß man, welche Filtereigenschaften ein System hat. Aus der Eigenschaft des Outputs als Reaktion auf einen Input kann man nun ein Gefühl für Filter entwickeln und damit auch für Voraussagen für neue, noch nicht aufgetretene Situationen.

Dies ist das eigentlich Interessante an diesem Kapitel. Ohne genau das Innenleben des Systems zu kennen, kennt man doch bald seine Reaktionen. Natürlich kann es in der Praxis immer wieder zu Überraschungen kommen, aber im Allgemeinen wird man doch ganz gut liegen.

Stressinterviews sind ein Beispiel, wie die Eigenschaften eines Menschen, den man einstellen will, getestet werden. Dazu wird er mit Stress - z.B. unangenehmen Fragen - in eine Extremsituation gebracht und dann beobachtet, wie er reagiert.

## Engstellen

In der Physik haben wir das Bernoullische Gesetz gelernt. Es besagt, dass bei gleichem Durchfluss z.B. in einem Rohr, die Geschwindigkeit des Flusses verkehrt proportional dem Durchschnitt ist. Das heißt, je enger das Rohr ist, umso schneller wird der Fluss darin sein. Oder wenn der Fluss nicht beliebig schnell werden kann, wird die Geschwindigkeit in der Engstelle den ganzen Durchfluss bestimmen.

```
*****                               *****
----> *****----->
                ----->
----> *****----->
*****                               *****
```

Dieses Gesetz gilt auch - mit Abwandlungen - nicht nur für Flüssigkeiten. Ein Beispiel ist der Autoverkehr, vor Engstellen, z.B. Baustellen. Soll es keinen Stau vor der Engstelle geben, müsste die Geschwindigkeit in der Baustelle eigentlich entsprechend höher sein. Aus Sicherheitsgründen wird aber immer eine langsamere Geschwindigkeit vorgeschrieben sein, Staus sind damit also bei einem gewissen Durchsatz unvermeidlich.

In der Praxis des Systementwurfs wird man Engstellen oder auch Engpässen besondere Aufmerksamkeit widmen müssen. Kann man sie schon nicht entfernen, müssen sie besonders sicher und schnell sein, soll nicht eine einzige Stelle die Eigenschaften des ganzen Systems dominieren.

Eine wesentliche Rolle wird dabei das Serialisieren vor der Engstelle spielen. Im Autoverkehr nennt man dies den Kolonnen - Reißverschluss. Je besser er funktioniert, desto geringer ist die Staugefahr und es kommt zu keinen Flaschenhalseffekten. Umgekehrt wird man durch Parallelisierung die Geschwindigkeit in einem Teilabschnitt stark senken können und trotzdem den Durchsatz nicht störend beeinflussen.

Ich sehe dabei immer die Mautstationen an amerikanischen Highways vor mir, wo bis zu 20 Annahmestellen für das Mautgeld dafür sorgen, dass der Fluss des Autoverkehrs gut erhalten bleibt.

### **Flaschenhalse - Bottleneck**

Flaschenhälse führen nicht nur zu Staus, sondern zu harten Stopps. Ich kann nicht weiter, weil ich auf einen anderen warte. Diese Situation tritt auf, wenn 2 oder mehr Leute sich eine notwendige Ressource (den Eingang zur Flasche!!) streitig machen.





Das Einfädeln ist oft die einzige Möglichkeit sich in einen Fluss einzugliedern. Es geschieht so mit wenig Aufwand und wenig Gefahr, allerdings muss irgendwo ein Loch vorhanden sein, sonst geht einem auf der Hilfspur der Platz oder die Energie aus.

Ausbildungsvorgänge sind ein gutes abstraktes Beispiel für „auf Geschwindigkeit kommen“. In einer sicheren Umgebung wird man auf die Wirklichkeit vorbereitet.

### **Übergänge ohne Brüche**

Bruchlose Übergänge versprechen optimalen Durchsatz. Sie sind gewährleistet, wenn die Ausgangscharakteristiken eines Systems gleich den Eingangscharakteristiken des Folgesystems sind. Will man bruchlose Übergänge erzeugen, muss man also die Systemeigenschaften gut kennen. Ein wesentliches Element sind z.B. die Eigenschaften des Trägers der Information. Wenn nun alle Informationen in digitaler und elektronischer Form vorliegen, sind wesentliche Vorbedingungen für Übergänge ohne Brüche gegeben.

Die Änderung der Charakteristiken im System selbst muss so langsam (quasistationär) erfolgen, dass keine unnötigen Turbulenzen, die alle Energie kosten, erzeugt werden.

### **Schleusen**

Ist ein bruchloser Übergang nicht möglich, kann man vielleicht mit Schleusen die Situation lösen. Schleusen gestatten den gefahrlosen, aber unter Umständen aufwendigen Wechsel von einem System ins nächste. In einer Schleuse kann man beide unter Umständen widersprüchlichen Systemeigenschaften hintereinander erzeugen und so von einem System ins andere übertreten.

## **Schwingungen**

Schwingungen sind ein Indiz für die Existenz von Kräften und Gegenkräften. Sie kommen nahezu überall vor, auch dort, wo man nichtschwingende und konstante Vorgänge erwarten würde. Gerade die Forschungen der Biologie beschreiben immer neue schwingende Vorgänge.

Abstrakt gesehen sind als Vorbedingungen für Schwingungen 2 Ordnungsprinzipien im System notwendig. Das System schwingt dann zwischen diesen 2 Zuständen. Dauerschwingungen sind nur in offenen Systemen möglich, weil ständig Energie für die internen Verluste, z.B. durch Reibung, nachgeführt werden muss.

Sind mehr als 2 Ordnungsprinzipien im System vorhanden, kommt es zu chaotischen Schwingungen. Im Chaos sind dann keine Voraussagen mehr möglich, obwohl die Vorgänge nach wie vor gesetzmäßig ablaufen können.

## **Pakete, longitudinale Wellen**

Wer einmal aus der Ferne nicht allzu dichten Autoverkehr beobachtet hat, wird feststellen, dass Autos meist in Gruppen auftreten. Lange kommt kein Fahrzeug, dann aber kommen mehrere Fahrzeuge hintereinander. Man spricht dabei von Verdichtungspaketen oder auch longitudinalen Wellen.

Sie sind fast immer ein Beispiel für verschiedene Geschwindigkeitspotenziale der einzelnen Fahrzeuge. Das dahinter liegende Fahrzeug kann nicht überholen, je länger die Kolonne ist, umso schwieriger wird es dann auch für ganz schnelle Fahrzeuge, das durch einen relativ langsamen Kolonnenkopf erzeugte Paket zu überholen.

So kann ein Teilnehmer - in eingegengten Situationen, wo man nicht ausweichen kann - viele andere beeinflussen.

Ist der Kolonnenkopf nicht einsichtig genug, die hinter ihm fahrenden vorbeizulassen, muss er - zumindest vorübergehend - entfernt werden.

Diese Pakete kann man auch erzwingen und dadurch sicher machen, indem man alle Fahrzeuge fest miteinander verbindet und sie wie beim Zug durch eine starke Lokomotive ziehen lässt.

### **Optimum und Maximum**

Optimum: Bester Wirkungsgrad, geringste Verluste.

Maximum: Größtes (temporäres) Ergebnis, ohne Rücksicht auf Verluste.

Dauerleistungen sind nur im Bereich des Optimums erreichbar. Das Optimum ist meist nur 30 -70%, selten mehr als 80% des Maximums. Anfänger verlassen sich meist zu oft auf Maximalleistungen. Kluge Planer aber basieren ihre Voraussagen besser auf Optimalleistungen.

Optimale Geschwindigkeiten sind meist Systemeigenschaften. Wenn man sie kennt, kann man den Aufwand für den Transport minimieren.

### **Linearität**

Die einfachste der Funktionen  $y=f(x)$  ist die lineare Funktion  $y = a*x$ , wobei  $a$  eine Konstante ist.

Eine wichtige Eigenschaft der Linearität ist, dass - unabhängig vom Wert  $x$  - immer gilt,  $dy= a dx$ , dass heißt, der Zuwachs immer konstant  $a$  ist.

Trotz aller Einfachheit der Linearität ist diese Eigenschaft intuitiv schwer verständlich, wie folgendes Beispiel zeigt.

Aus einem Streifen von 1m Länge kann man einen kreisförmigen Reifen mit dem Radius von etwa 16 cm

herstellen, wegen des linearen Zusammenhangs Umfang =  $2 \cdot \pi \cdot \text{Radius}$ .

Wenn man sich nun einen Reifen um den Äquator der Erde denkt und diesen auch nur um einen Meter verlängert, dann wird der neue Radius auch um etwa 16cm größer werden.

Dieses Ergebnis wird auch von Menschen, die es eigentlich wissen sollten, wie ausgebildeten Ingenieuren, immer wieder angezweifelt. Fragt zum Beweis einige eurer Freunde, wie viel größer der Durchmesser des Äquators wird, wenn man die 40.000 km nur um einen Meter verlängert!

Eine andere lineare Abhängigkeit ist das Prozentnehmen. Ein häufiger Fehler dabei ist, dass die Annahme eines kleinen Prozentsatzes, z.B. 1 %, impliziert, dass die dadurch sich ergebende absolute Zahl auch klein, oder zumindest leicht erreichbar ist. Aber 1% von einer Million sind immerhin 10.000.

Bei Verkaufsprognosen wird häufig ein kleiner Prozentsatz einer großen Zahl angenommen, der vorgaukelt, dass man die erstrebten Verkaufszahlen auch leicht erreichen kann. Solche Annahmen sind fast immer falsch, weil sie nicht auf konkreten Abhängigkeiten aufbauen.

Die Linkspopulisten nutzen die Schwäche ihrer Wähler beim Prozentnehmen dazu aus, Stimmung zu machen. Für Unwissende sind 20 Prozent Steuern immer gleich viel. Aber in absoluten Werten sind die Unterschiede natürlich beträchtlich. Die immer wieder gepriesene Steuerprogression erreicht gerade das Gegenteil, nämlich dass viele Reiche überhaupt keine Steuern mehr in Deutschland bezahlen, weil sie weggehen.



Unsere Vorstellungskraft bezüglich Linearität ist also deshalb vielleicht zu Recht unzureichend. Wer mit großen Zahlen umgehen muss, etwa im Finanzbereich, sollte sich daher besser auf den Computer, als auf sein Gefühl verlassen.

## **Symmetrie**

Über das „Ebenmaß“, wie Symmetrie wörtlich übersetzt heißt, ist unendlich viel geschrieben und philosophiert worden und ich will dies nicht alles hier wiederholen. Es gibt aber drei Aspekte, die ich nicht so häufig finde, die mir aber wichtig sind.

1. Symmetrie ist eine ökonomische Vorgehensweise. Es erspart viel Mehraufwand, wenn man einmal Bewährtes fast mechanisch transformieren kann.

2. Symmetrie macht nur Sinn, wenn es eine dritte Dimension und Schwerkraft gibt. Dann bringt sie eine automatische Balance und ist erneut eine wunderbare Ersparnis bei der Konstruktion. Ich vermute, dass die Ästhetik, die wir bei Symmetrie empfinden, genau hier ihre Wurzel hat!

3. Leichte Asymmetrie scheint mir genau so bedeutungsvoll wie Symmetrie zu sein. Während Symmetrie das ideale statische Maß ist, ist Asymmetrie das Ideal der Spannung und damit Bewegung!

## **Hierarchie**

In diesem Abschnitt folgen noch einige praktische Ergänzungen zur Hierarchie, die vor allem mit Problemsituationen zu tun haben.

In der Praxis wird es oft vorkommen, dass ein Element, d.h. eine Ebene in der Hierarchie vorübergehend nicht

funktioniert. Dann wird entweder die Ebene höher oder tiefer diese Funktionen wahrzunehmen haben.

Erleichtert wird dieser Zustand, wenn nicht immer nur eine Ebene informiert wurde, sondern wenn Informationen immer an 2 Ebenen darunter oder 2 Ebenen darunter gleichzeitig abgegeben werden (sozusagen ein vertikales Tandem-Prinzip).

Damit wird zwar Macht durch Information aus der Hand gegeben, aber das hierarchische System wird wesentlich robuster.

Will man unfähige Teile im System austauschen oder kompensieren empfiehlt sich eine Parallelisierung (in der Medizin Bypass genannt). Auf diese Weise kann man entweder vorübergehend oder auch dauerhaft mit unfähigen Komponenten im System leben.

Gerade in Machtkämpfen in Firmen wird man alle Register im Umgang mit der Hierarchie ziehen sehen. Es hat mich immer wieder fasziniert, wie wirkungsvoll ganz simple Methoden sind, um unliebsame Widersacher auszuschalten. Und besonders beliebt sind die hier beschriebenen Methoden der Parallelisierung, zusammen mit dem Abschneiden von Informationskanälen.

## **Netzwerke**

Wenn man aus einiger zeitlicher Distanz auf das 20. Jahrhundert zurückblicken wird, dann wird man es das Jahrhundert der globalen Netzwerke nennen. Globalisierung gab es schon lange (z.B. als Völkerwanderungen oder Kolonialisierung), aber die weltweite Vernetzung über alle Kontinente ist ein Novum und hat die Welt stark verändert. Als sichtbare Zeichen wird man die beiden Weltkriege, das Internet, den Containerverkehr, weltweiten Flugverkehr und nicht zuletzt al-Qaida angeben.

# Zehn Minuten Zufriedenheit

Meine Mutter pflegte im Alter auf die Frage, wie es ihr geht, stets zu antworten: Ich bin zufrieden. Ich fand diese Antwort ausweichend, denn es ging ihr oft wirklich nicht gut und sie war auch nicht immer zufrieden, wie ich dann aus belauschten Selbstgesprächen erfahren musste. Aber die Zuversicht, die ihr diese drei Worte gegeben haben, hat ihr dann wieder geholfen, ihr Leben weiter zu führen. Und es war bei Gott kein leichtes Leben. Zwei Weltkriege, große Armut, drei Kinder, mehrere schwere Krankheiten hätten sie durchaus auch bitter werden lassen können.

## Quellen der Zufriedenheit

Wohlgeratene Kinder  
Ein schöner Garten  
Ein erfolgreiches Projekt  
Eine Gehaltserhöhung  
Gutes Essen, guter Sex, Sauna,  
Körperliche Anstrengung  
Zärtlichkeit  
Schönes betrachten  
Lächeln  
ein befriedigendes Hobby  
und noch vieles, vieles mehr!

Aber sie hatte auch eine wichtige Wahrheit gelernt, nämlich, dass man zufriedene Menschen in Ruhe lässt. Kann man sie doch schlecht reizen. Und vollbringen sie meist auch konstant gute Leistungen.

Auch Firmen wissen darum und sie messen deshalb auch in regelmäßigen Abständen die Zufriedenheit ihrer Mitarbeiter, den Moralindex. Sie nehmen dabei an, dass

eine hohe Arbeitsmoral auch die Vorbedingung für gute Leistungen ist. Die Qualität vieler Manager wird unter anderem mit diesem Moralindex gemessen, damit auch ihr Gehalt. Und wenn es um das Geld geht, werden Menschen nachdenklich und erfinderisch.

Bist du oft unzufrieden,  
dann besuche eine Unfall- oder Reha-Klinik.

Zufriedenheit ist immer ein relativer Zustand. Beim Anblick eines Menschen, dem es elend geht, wird es leicht werden, zufrieden zu sein. Ich habe deshalb gerne vor Meinungsumfragen, in denen der Moralindex gemessen wird, Vergleiche gezeigt, die meine Mitarbeiter leichter haben zufrieden werden lassen.

Überzeugend waren für meine Geistesarbeiter Führungen in den Betrieben der Metallindustrie. Nach zwei Stunden Besichtigung z.B. der lauten Automobilproduktionen hier im Großraum Stuttgart wuchs schlagartig die Einsicht, wie angenehm doch die vorhandenen und nicht immer beliebten Computerarbeitsplätze waren.

Ich selbst habe bei diesen Umfragen gelernt, dass in diesem Zusammenhang ein gewisses schizoides Verhalten durchaus Vorteile bietet. Dies kann sich so ausdrücken, dass man „eigentlich“ zufrieden ist, aber seine Zufriedenheit nicht immer zeigt. Aber auch das Gegenteil, man ist unzufrieden, aber heuchelt Zufriedenheit, kann kurzfristige Vorteile bringen.

Denn auch die Unzufriedenheit hat ihre Vorzüge. Ist sie doch auch ein wesentlicher Motivationsfaktor, der zu großartigen Leistungen führt. Wie viele gute Anstrengungen werden nicht aus Unzufriedenheit geführt? Wer etwas Hunger hat vollbringt bessere Leistungen. Dies war schon immer ein Ansatz die Zweitbesten anzuspornen

und sie auf Trab zu bringen. Und beruht doch nicht ein Großteil der Wirkung von Werbung in uns Unzufriedenheit zu erzeugen, damit wir handeln?

Aber immer nur Unzufriedenheit ist ätzend. Besonders schlimm dran sind jene Menschen, die sich mit großem Aufwand Wünsche erfüllen, aber nach dem Erreichen der Ziele sofort erneut unzufrieden sind. Das kann auf die Dauer nicht gut gehen.

Es wird also eine Mischung aus Zufriedenheit und Unzufriedenheit wichtig für uns sein. Dabei assoziiere ich Unzufriedenheit mit Handeln, Zufriedenheit mit Ruhe. Diese Ruhe ist eine Erholung für die Seele, sie muss keine körperliche Ruhe bedeuten.

Diese Erholung für die Seele wird manchmal eigene Räume brauchen. Ich nenne sie die Refugien, die persönlichen Rückzugsmöglichkeiten, andere nennen sie Höhlen. Jeder wird andere haben und brauchen. Der eine findet seine Zufriedenheit im Hobby-Bastelkeller, im Garten, im Sommerhaus, der andere findet seine Ruhe beim Schreiben am Computer, im Gottesdienst, im Konzert oder beim Beobachten der Menschen im Caféhaus. Sollen diese Refugien ihre Wirkung erhalten, dann muss man sie schützen. Im Normalfall heißt dies, dort unerreichbar zu sein, damit man in ihnen nicht gestört werden kann. Aber ich empfehle vor allem ein kleines Ritual beim Betreten dieser Refugien einzuführen. Bei mir ist es ein tiefer Seufzer und der Gedanke, der ruhig auch ausgesprochen werden darf: Hier bin ich zufrieden.

Der Vorteil dieses, wie aller anderen Rituale ist ihre umkehrbare Wirkung. Beim Betreten dieser Refugien wirst du nach einigem Training automatisch zufrieden

sein. Dies ist ein Riesenvorteil, dafür lohnt sich schon der Aufwand vorher.

Zufriedenheit wird selten lange dauern. Selbst der satteste Körper wird wieder hungrig. Aber man kann diese Zeitdauer etwas steuern. Mein Rat: sei immer mindestens 10 Minuten zufrieden! Nach dem Orgasmus ruhe noch 10 Minuten. Trinke deine Tasse Kaffee nicht schneller als in 10 Minuten. Wenn du gute Musik hörst, dann gönne dir mindestens 10 Minuten dazu. Iss nicht schneller als in 10 Minuten. Gönne dir einen schönen Anblick 10 Minuten lang.

Wenn du diese Zufriedenheitszustände kürzer hast, dann wirken sie zu wenig auf deine Seele und sie bereiten dir keinen Genuss. Allerdings ist das beliebige Ausdehnen auch nicht wünschenswert. Sind sie zu lange, dann wirst du durch Inaktivität verblöden. Es lohnt sich also auch gelegentlich etwas künstliche Unzufriedenheit in dein Leben zu bringen.

Aber da die meisten Informationen, die auf dich einströmen ohnehin alle deine Unzufriedenheit fördern werden, wirst im wesentlichen nur du allein, vielleicht auch noch dein Seelsorger, deine Familie oder dein Freundeskreis, für deine Zufriedenheit zu sorgen haben.

Das Motto „10 Minuten Zufriedenheit“ wird dir helfen, ein gutes Maß davon zu bekommen. Denn wenn Zufriedenheit nicht immer auch vollständiges Glück bedeutet, so ist sie doch ein wesentlicher Teil davon.

## Dein Hobby

Zu den wichtigsten Beschäftigungen im Leben eines zufriedenen Menschen gehören ein oder mehrere Hobbys. Und obwohl dieses Hobby oder diese Hobbys so wichtig sind, wird kaum ein Gedanke an sie verschwendet. Hobbys kommen offenbar einfach oder sie kommen nicht. Oder sie werden dir von außen aufgedrückt, weil du das nachmachst, was dir die anderen vormachen.

Die Hobbys gehören zu den wenigen, wichtigen Dingen in einem Leben, die man sich - zumindest in einem gewissen Umfang - aussuchen kann. Viele andere Bande, die unser Leben zusammenhalten und bestimmen, sind uns mehr oder weniger vorgegeben. Unsere Veranlagungen, unsere Familie, sie werden uns schon in die Wiege gelegt. Religionen oder Wertevorstellungen werden uns schon in unserer frühen Jugend vermittelt und sind kaum noch zu verändern. Die Berufswahl ist oft durch die vor-handenen Notwendigkeiten eingeengt.

Ja, es stimmt, Partner und Lebensort können wir uns auch meistens aussuchen. Aber wenn diese Bindungen wegfallen, entweder durch Scheidung, Tod oder Umzug, dann bleibt oft wirklich nur das Hobby, die Liebhaberei, das Steckenpferd übrig, das uns auch in Krisenzeiten Kontinuität und Freude bringt.

Die Wahl und Pflege eines Hobbys ist deshalb enorm wichtig. Ich stelle dabei fest, dass es nicht wenige Menschen gibt, die überhaupt kein Hobby haben. Entweder, weil sie zu beschäftigt sind, keine Kreativität zulassen, sondern alles nur der Effizienz unterordnen oder einfach auch nur, weil sie zu faul sind.

Andere verzetteln sich in zu vielen Hobbys und gewinnen dadurch auch keine Zufriedenheit. Denn schon mein Lehrmeister Gracian wusste, jede Arbeit, die zu viel wird, ist auf die Dauer unangenehm, auch wenn es lauter erfreuliche Tätigkeiten sind.

Ich denke, so 2 oder 3 Hobbys reichen, neben einem ausfüllenden Beruf, vollkommen. In der klassischen Einteilung wird man sie zu den „unnötigen Tätigkeiten“ zählen. Ich erinnere, es gibt die notwendigen, die wichtigen und die unnötigen Tätigkeiten und Dinge. Aber meine Lebenserfahrung würde sie eher den wichtigen Tätigkeiten zuordnen.

Ein gutes Hobby hast du, wenn dein Lebenspartner gelegentlich darauf eifersüchtig wird. Denn dies zeigt, dass du dafür Liebe, Zeit, Geduld und sicher auch einiges Geld aufwenden wirst. Es zeigt, dass du damit viel Befriedigung bekommst und dass du darin auch investierst und dich so weiter entwickelst. Die Betonung liegt hier auf „gelegentlich“. Denn dann wirst du den finanziellen Rahmen, der 3-5% deiner Möglichkeiten nicht überschreiten soll, nicht sprengen.

Wenn du mehr aus gibst, dann läufst du Gefahr, dass das Hobby zur Sucht wird. Es sind schon Ehen gescheitert und sogar Firmen zugrunde gegangen, weil das Hobby zur zentralen Sache wurde.

Freude	Last
Spaß	Frust
billig	teuer
vielfältig	einseitig
gesund	riskant
auch später	nur jetzt
überall	nur hier



Wo das Hobby zur Sucht wurde oder wer nur das macht, was alle anderen machen, wird selten daraus die Freude gewinnen, die er gerne haben möchte. Der Frust wird überwiegen und das Hobby wird mehr zur Belastung als zur befriedigenden Ergänzung des Lebens. Ich denke dabei weniger an die Anfangsphasen, wenn man z.B. eine neue Sportart lernt. Da wird man schon durch einige Tiefs durch müssen. Aber wenn dann auch nach langer Lernzeit keine rechte Freude aufkommt, dann lass die Finger davon!

Gerade bei sportlichen Hobbys sollte man auch das Risiko bedenken. Viele riskieren dabei viel mehr, als sie es je in einem Beruf tun würden. Auch hier sollte man bedenken, dass die Schäden gewaltig sein können und dein Leben ruinieren können. Besuche vorher erst einmal eine Reha-Klinik, bevor du diese Hobbys weiter ausbaust!

Schön sind Hobbys, die du parallel zum Beruf ausüben kannst und die sogar vom Beruf gefördert werden oder die deinen Beruf unterstützen. Wenn du etwa in deiner Firma viel Post bekommst und du dann die Briefmarken sammelst. Oder wenn du viel auf Reisen sein musst und du dann gerne fotografierst oder Bierdeckel sammelst. Sie werden dir den Beruf angenehmer machen und du wirst ihm auch bei Misserfolgen immer eine gute Seite abgewinnen können.

Ein wesentlicher Aspekt eines befriedigenden Hobbys ist, dass du es auch alleine ausüben kannst. Was nützt es dir, wenn du alle Kraft in einen Verein steckst, aber ohne diesen Verein überhaupt nichts machen kannst. Sicher wird es immer mehr Spaß machen, in einer gleichgesinnten Gruppe Freude zu erleben. Aber oft wirst du allein sein müssen und dann hilft dir dein Hobby wirklich weiter.

Warnen möchte ich vor Ehrenämtern als Hobby. Besser, als ich es je könnte, hat Wilhelm Busch die lauerten Gefahren dazu zusammengefasst.

### Das Ehrenamt

Willst du froh und glücklich leben,  
lass kein Ehrenamt dir geben!  
Willst du nicht zu früh ins Grab,  
lehne jedes Amt glatt ab!  
Ohne Amt lebst du so friedlich  
und so ruhig und gemütlich,  
du sparst Kraft und Geld und Zeit,  
wirst geachtet weit und breit.

Wie viel Mühe, Sorgen, Plagen -  
wie viel Ärger musst du tragen?  
Du gibst Geld aus, opferst Zeit.  
Und der Lohn: Undankbarkeit!  
Selbst dein Ruf geht dir verloren;  
wirst beschmutzt vor Tür und Toren  
und es macht dich oberfaul  
jedes ungewaschne Maul!

So ein Amt bringt niemals Ehre,  
denn des Klatschmauls scharfe Schere  
schneidet plötzlich dir schnipp, schnapp,  
deine Ehre einfach ab!  
Drum, so rat ich dir im Treuen,  
willst du Frau und Kind erfreuen,  
soll dein Kopf dir nicht mehr brummen,  
lass dies Amt doch andren Dummen.

Ehrenämter sind ein Dienst an der Gemeinschaft und jeder wird gelegentlich eins ausüben müssen. Aber wer darin zu viel hineinsteckt, der wird mit großer Wahrscheinlichkeit enttäuscht werden.

Eine andere Falle bei deinem Steckenpferd ist der Gelderwerb. Gut sind jene Hobbys, von denen du im Wesentlichen bald Freude für deine geringen Investitionen zurückbekommst, aber nicht die Hoffnung auf Geld haben musst. Denn dann wird das Hobby schnell zum mühsamen Beruf.

Selbstverständlich gibt es Liebhabereien, die dich sogar reich machen können, aber lass diesen Gedanken daran nie im Vordergrund sein. Hobbys sind im wesentlichen Nahrung für deine Seele, gut gewählt werden auch noch deinen Körper mit Gesundheit erfreuen, dein Geist wird ebenfalls davon profitieren können, aber selten auch dein Geldbeutel.

Noch zwei weitere Aspekte sind wichtig. Erstens die Verbreitung in der Welt und zweitens die Dauer in deinen Lebensabschnitten. Es ist sehr positiv, wenn du dein Hobby an vielen Orten dieser Welt ausüben kannst und es ist besonders gut, wenn du es nicht nur in deinem heutigen Lebensabschnitt, sondern vor allem auch im Alter ausüben kannst, denn dann wirst du dafür hoffentlich besonders viel Zeit haben.

Jedes gelungene Hobby wird dir helfen, aus deiner Isolation gelegentlich auszubrechen, auch wenn du es normalerweise alleine ausübst. Ausstellungen, Erfahrungsaustausch, Sammlertage, Wettstreit und Wettkämpfe sind auch für Amateure notwendig, um sich weiterzuentwickeln. Und auch Anerkennung, die man mit dem Hobby erwirbt, wird dein Leben bereichern.

Manchmal wird man auch die dazugehörigen Berufe aufsuchen, um sich in seinem Hobby weiter zu entwickeln. Denn wenn auch bei einem Hobby der Spaß im Vordergrund steht, so kommt doch meist mit mehr Können auch mehr Spaß. Für manche ist auch noch das

Image des Hobbys wichtig. Aber dann begibt man sich schon auf gefährliches Terrain. Denn dein Hobby sollst du ja für dich und nicht für die anderen ausüben! Mir persönlich ist aber wichtig, dass ich meine Hobbys manchmal zum Nutzen anderer einsetzen kann. Es gibt mir einfach Befriedigung, wenn ich damit auch anderen Freude bereiten kann.

Gelegentlich wird sich das Hobby mit Berufung verbinden. So bekomme ich z.B. immer wieder Post von Menschen, die mir ganz begeistert von ihren Esperanto - Tätigkeiten berichten und meine Aussagen dazu ablehnen. Sie können gar nicht akzeptieren, dass jemand nicht von Esperanto begeistert ist. Es gibt viele andere Bereiche, wo die eigene Freude mit missionarischem Eifer auch jenen übergestülpt wird, die sie gar nicht wollen. Aber ich kann es gut verstehen, es geht mir gelegentlich selbst so.

Im Folgenden ist eine Liste von Hobbys und Fähigkeiten, die mir als besonders nützlich erscheinen. Aber wahrscheinlich ist diese Liste immer zu kurz, denn die Menschen sind doch sehr verschieden! Vielleicht findet der Eine, die Andere, einige Anregungen an den folgenden Beispielen:

Kochen, Massage, Schauspielen, Musizieren, Wandern, Schwimmen, Singen, Federball, Radfahren, Golf, Meditieren, Bloggen, Digitalfotografie, Astronomie, Garten, Holzarbeiten, Modellbau, Briefmarken sammeln, ausgestorbene Sprachen, Schreiben, Dichten, Lesen.

# Ein Lob auf das Loben

Lob ist für mich ein Lebensprinzip geworden. So empfehle ich Chefs zu loben, weil es sonst keiner tut, Kinder zu loben, damit sie selbstsicherer unsere großen Zukunftsprobleme lösen werden, Firmen zu loben, damit sie endlich besseren Service anbieten, Mitarbeiter zu loben, um deren kreatives Potential zu entfalten, uns bekannte Menschen zu loben, um damit Freunde zu gewinnen und schließlich auch sich selbst zu loben, damit wir durchhalten, unsere Ziele zu erreichen.

Ich bin eher durch Zufall auf die Macht des Lobes gestoßen. Ein Mensch, der in einer Diskussion tagelang in Opposition war, hatte sich plötzlich geöffnet, als ich beiläufig seine Kochkünste lobte. Ich hatte damit eigentlich gar nichts bezweckt, aber die Wirkung war enorm und hat mich motiviert, Lob gezielter und häufiger einzusetzen.

Achtung Chefs,

dieser Beitrag ist wichtig für Euch! Gebt doch Euren Mitarbeitern mehr und präziseres Feedback über deren Arbeit und vergesst dabei das Lob nicht. Wie viel Arbeit, Geld und Mühe könntet ihr Euch sparen, wenn ihr nur ein bisschen mehr mit ihnen über ihre Leistungen reden würdet!

Lob durchdringt Panzerschilder, reißt Mauern nieder, wirkt wie Wunderdünger und macht nebenbei auch noch Freude. Was macht Lob so mächtig?

Ein Hauptfaktor ist sicher der Hunger nach Anerkennung, den viele Menschen in einer Konkurrenzwelt nicht genügend gesättigt bekommen. Vielleicht ist es auch die

Befriedigung der Eitelkeit mancher Menschen, die sie für Lob so empfänglich macht. Aber das allein kann es nicht sein.

Hast du heute schon gelobt?

Ich glaube, wir kommen dem Geheimnis des Lobs näher, wenn wir uns kurz mit dem Gegenteil davon, dem Tadel oder der Kritik beschäftigen. Beide kommen sicherlich häufiger als Lob vor und sie sind oft auch notwendig, um uns zu erziehen, zu lenken oder um auf neue Situationen aufmerksam zu machen. Aber ihre Anwendung wirkt auf die meisten Menschen schmerzlich.

Lob hingegen ist wie Balsam auf die Seele, wie Zuckerbrot bei Hunger. Es beeinflusst uns zwar auch, aber wir haben beim Loben den Eindruck, dass wir selbst die Zügel behalten und nicht wie bei Tadel unter der Peitsche des Tadelnden uns fügen müssen.

Wer lobt, gibt Feedback, das erfreut. Schon allein die Tatsache, Feedback zu erhalten ist wichtig. Denn es drückt nicht nur Anerkennung aus, vor allem zeigt es, dass eine Existenz bemerkt wird.

Viele Menschen loben nicht, weil sie ohnehin alles in Ordnung finden. Aber sie vergessen dabei den Feedbackaspekt. Denn Nicht-Lob könnte auch andere Ursachen als Zufriedenheit haben. Genauso könnte es durch Unzufriedenheit oder durch Abwesenheit zustande kommen. Gerade in Routinebeziehungen sollte man immer daran denken, dass erst das explizit ausgesprochene Lob (wie auch die präzise formulierte Kritik) die Situation eindeutig positiv macht!

Deutsche loben auch nicht gerne, weil sie sich dann verpflichtet fühlen. Sie wissen, dass sie durch Loben Einzahlungen in ein Beziehungskonto machen und

fürchten, dass dann später die Abhebungen vom Konto folgen, das heißt, dass der Gelobte Ansprüche an sie stellt. Aber solange das Lob ehrlich ist, wird man in jedem Fall die Einzahlungen in ein Beziehungskonto machen, das Loben macht es nur angenehmer und deutlicher.

Denn ehrliches Lob basiert auf erfreulichen und bemerkenswerten Leistungen und diese wurden ja erbracht. Es hat nichts mit Schmeicheleien zu tun, wo die Grundlage fehlt und man sich nur durch deren Aussprechen Vorteile verschaffen will.

Manche loben auch nicht, weil sie Leistungen als selbstverständlich betrachten. Gerade Könnner kommen gar nicht auf die Idee andere zu loben, wenn diese gute, aber schlechtere Leistungen als sie selbst, erbringen. Sie wollen nur dann loben, wenn jemand noch bessere Leistungen als sie erbringt und dies kommt selbstverständlich nicht oft vor. Ihnen fehlt oft einfach die Erinnerung an ihre früheren, auch eher bescheideneren Fortschritte. Als Folge verströmen sie dann häufig eine negative, arrogante Stimmung in der Firma!

Lob kostet wenig. So denken die Opportunisten und sie verteilen es großzügig. In der Tat kann Lob wirklich wenig, nur das Aussprechen, kosten. Die Praxis der Titelverteilung mancher maroder Staatsregierungen macht sich dies zunutze. Statt ihre Staatsdiener ordentlich zu entlohnen, bekommen diese hochtrabende Titel oder Orden. Aber ich denke, so einfach ist es nicht. Denn Loben erfordert zumindest eine Beobachtung, eine Analyse, ein Formulieren und nicht zuletzt eine eigene, positive Weltanschauung. Und es kann auch wirklich verpflichten. Wer allerdings häufig - wenn auch ehrlich - lobt, wird das Niveau der Verpflichtungen zwar hoch halten, aber sie

doch auf viele verteilen, was deren Wert wieder etwas relativiert.

Im Gegensatz zu Kritik darf man Lob öffentlich aussprechen. Ich empfehle es sogar zu tun, weil man sich dann die Formulierung besser überlegt und weil man dadurch angeregt wird, es gerechter zu verteilen. Besonders gerne wird bei Verabschiedungen gelobt. Hier kann man risikolos in die Lobkiste greifen, weil keine Verpflichtungen mehr zu erwarten sind. Zumindest denken so viele. Aber auch die Zurückbleibenden hören das Lob und sie können seine Berechtigung genau einschätzen.

Ist deshalb Loben eine Kunst, die man nur den Experten, den Diplomaten, den Politikern oder den Spitzenmanagern überlassen sollte? Ich denke nein, es ist ein wichtiger Teil unserer Alltags- Kommunikationskultur und es eignet sich für alle. Es wird manchmal etwas Übung erfordern, aber wer es sich zur Aufgabe gemacht hat, regelmäßig zu loben, wird darin bald Meister werden.

Besonders wird Lob geschätzt, wenn es mit Humor verpackt wird. Wer mit Loben die Gelobten zum Lachen bringt, hat viel gewonnen und man wird ihnen viel verzeihen.

Wer viel lobt, darf auch viel tadeln. Es ist eine bewährte Managementtaktik negative Kritik in Lob einzupacken, man nennt dies die Sandwichmethode. Und muss man kritisieren, wie zum Beispiel bei Reklamationen, dann wird die Kritik viel besser angenommen, wenn man die Beschwerde mit einem Lob beginnt. Etwa damit, dass man in der Vergangenheit immer mit den Produkten sehr zufrieden war.



Darum, Leserinnen und Leser, lobt, aber beachtet bitte:

Lob muss ehrlich und konkret sein und bald nach der erbrachten Leistung kommen. Es darf etwas übertreiben und sollte Raum für Humor lassen. Sind diese Bedingungen gegeben, dann kann es kaum zu viel Lob geben.

Zum Schluss noch etwas zum Manipulieren. Ich weiß aus vielen Leserzuschriften, dass manche meiner Leser immer wieder bei mir nach Methoden zur Manipulation suchen. In der Tat kann man auch mit Lob manipulieren. Die klassische Methode ist Menschen zu Handlungen zwingen, die sie gar nicht machen wollten und sie dann nur kurz dafür zu loben. Wichtig ist hier das kleine Lob, das große eignet sich nicht zum Manipulieren. Die Geschichte ist voll von Meistern dieses Fachs und man kann in den Psychologie- Lehrbüchern unter dem Stichwort „kognitive Dissonanz“ mehr Details dazu lesen.

### Manipulieren mit Lob

Loben, Kritisieren, zu kleinen Änderungen verführen oder zwingen, wieder loben

Aber dies ist nicht mein Ansatz. Ich denke, dass mit ganz normalem Lob eine so positive, kreative und erfolgreiche Atmosphäre geschaffen wird, dass dem Lobenden die ehrliche Anerkennung ziemlich sicher ist und er sich nicht auf Manipulationstechniken einlassen muss. Denn einmal durchschaut, haben alle Manipulationstechniken ihre Kraft schnell verloren, aber die Mächtigkeit des Lobes bleibt. Springt doch einfach einmal über euren Schatten und probiert es aus. Ihr werdet überrascht sein, wie wirkungsvoll das Loben ist und wie viel Freude es macht!

# **Pausenmanagement**

Wer sich um die richtige Gestaltung von Pausen kümmert, beweist, dass er oder sie schon sehr viel Erfahrung mitbringt. Denn es liegt intuitiv gar nicht nahe, in den Pausen eine Unterstützung der Arbeit oder eines Events zu sehen. Vielmehr sehen viele Unerfahrene darin vor allem nur eine lästige Unterbrechung und es werden deshalb überhaupt keine Gedanken dazu verschwendet.

Pausen, so denken viele, bringen uns den Zielen nicht näher, sondern sie halten uns ab, unsere Ziele zu erreichen. Aber wer die Pausen nicht richtig setzt und gestaltet, wird überhaupt nicht ans Ziel kommen!

Vordergründig können wir Pausen als Phasen der Abwechslung und der notwendigen Regeneration, z.B. der Entspannung, sehen. Aber man kann sie auch unter ganz anderen Gesichtspunkten betrachten. Wie wäre es mit Pausen als Phasen der Freiheit, der kreativen Gestaltung, der Neuorientierung und der Kommunikation? Oder Pausen als Events, gestaltet von professionellen Eventmanagern und nicht mehr dem Zufall überlassen?

Rein formal ist der wichtigste Faktor beim Pausenmanagement das Setzen des Zeitpunkts und der Dauer der Pause. Schon hier wird häufig gesündigt. Meist aber oft ganz außer Betracht gelassen sind dann die Fragen des Sinns der Pause und wie sie inhaltlich gestaltet oder unterstützt werden kann.

## **Wann und wie lange?**

Aus guten Gründen werden Pausen oft automatisch von einer Uhr vorgegeben. Denken wir nur an die Pausenklingel in der Schule oder den Gong beim Boxkampf. Pausen sind hier Elemente eines „Vertrages“, der die

Beteiligten entweder verpflichtet (durchzuhalten) oder (aus einer unangenehmen Situation) erlöst. Sie werden von vornherein festgelegt und entstehen durch Verhandlungen, die meist auf langer Erfahrung beruhen. Diese Automatik hilft, dass bei spannenden Abläufen überhaupt Pausen gemacht werden. Denn ansonsten würden wir - erschöpft - erst viel zu spät merken, dass eine Pause notwendig ist.

Ist der Rahmen nicht so streng festgelegt, wird man sich auf das Empfinden der Beteiligten verlassen müssen. Je nachdem welche Rolle sie einnehmen, werden deren Einschätzungen allerdings ganz verschieden ausfallen. Allgemein und überspitzt formuliert gilt, dass die „Aktiven“ keine Pausen machen wollen, die „Passiven“ aber nur oder zumindest viel zu viele Pausen haben wollen.

Die „Aktiven“, z.B. die Vortragenden bei einem Seminar oder auch begeisterte Unternehmer, sind so von ihrer Tätigkeit gefangen, dass sie gar nicht daran denken, dass die Umstände vielleicht ganz dringend eine Pause erfordern. Aber auch manche Autofahrer im Urlaub oder Menschen, denen ihre Tätigkeit einen besonderen Glückszustand (Flowerlebnis) bringt, denken gar nicht daran, dass Pausen notwendig sind, weil ihnen die Zeit wie im Fluge vergeht. Genauso werden Pausen vernachlässigt, wenn die Gier nach Geld zu groß wird, sonst müsste man Bus- und Lkwfahrer nicht zu Pausen zwingen.

Sind diese „aktiven Gestalter“ nicht sensibel genug, um auch die Situation ihrer „passiven Opfer“ zu erfassen, dann können und müssen sie auf Hilfsmittel zurückgreifen. Neben der Uhr oder dem Wecker, den jeder von ihnen ganz dringend braucht, können dies ganz andere Geräte sein. Zum Beispiel beim Radreiseleiter ein Radcomputer, der angibt, wie viele Kilometer oder

Höhenmeter schon geschafft wurden. Auch ein Thermometer kann nützlich sein, wenn es um das Wohlbefinden eines Auditoriums geht. Erfahrungsgemäß merkt der Vortragende immer zuletzt, dass es zu kalt oder zu heiß wird.

Ist freie Kommunikation zwischen „Aktiven“ und „Passiven“ möglich, dann steigen die Chancen, dass die Pausen richtig gesetzt werden. Aber man soll sich nicht täuschen, oft fehlt es an Mut bei den Betroffenen, die Zuhörer denken manchmal, dass nur sie als Einzelperson ein Problem haben und äußern sich nicht vor der Gruppe. Hier hilft es, temporäre „Pausenmanager“ im Auditorium zu ernennen, die z.B. den Vortragenden an eine Pause erinnern. Es ist dabei nicht falsch, diese Rolle einem schwachen Mitglied der Gruppe zuzuweisen, denn dieses wird zuerst leiden. Ich ernenne daher fast immer einen Raucher, eine Raucherin, zum „Pausenmanager“, sie brauchen immer am ehesten ein Zigarettenlänge Pause.

Damit sind wir auch schon bei der Dauer der Pause. Ist sie zu kurz, so erfüllt sie ihren Zweck nicht, ist sie zu lang, dann entfernt sie uns wirklich vom Ziel, ist die Dauer zu streng festgelegt, dann behindert sie uns an der Freiheit die Pause zu genießen (jeder blickt nur auf die Uhr), ist sie zu locker, dann geht die Synchronisation verloren und die Gruppe findet sich nicht mehr zusammen.

Bevor also die Pause begonnen wird, muss festgelegt werden, wie lange sie dauern soll. Dies kann auf Erfahrung beruhen (eine Mittagspause kürzer als eine Stunde ist keine!) oder die Dauer wird aushandelt („Wie lange braucht ihr denn?“). Gute Pausenmanager nehmen ihren Betroffenen ab, dass sie sich selbst um den Zeitpunkt des Wiedereinflindens kümmern müssen. Wie beim Theater (erster, zweiter, dritter Gong) sorgen sie

dafür, dass alle erfahren, wann die Pause bald zu Ende ist und wann die Vorstellung definitiv weitergeht.

Pausen strukturieren Abläufe und sie synchronisieren Zyklen. Wer keine Arbeit hat, hat auch keine Freizeit. Und wer eine der wichtigsten Pausen, den freien Sonntag, abschafft, der hat nur noch Werkstage. Dienen Pausen zur Nahrungsaufnahme, dann synchronisieren sie auf jeden Fall den Verdauungszyklus. Wer also um 15h eine Kaffeepause ansetzt, muss spätestens eine Stunde später eine Toilettenpause planen. Ich bin immer wieder entsetzt, wie wenig auch professionelle Zeitmanager, z.B. Reiseleiter, darauf eingehen.

Hat man erst einmal kapiert, dass Pausen einen Vertrag zwischen den Beteiligten darstellen, dann wird man auch sorgfältiger mit Änderungen der Pausentermine umgehen. Wie bei jedem Vertrag, wird ein kleiner Bonus immer gerne akzeptiert, aber schon ein kleiner Malus kann überproportional zur Unzufriedenheit beitragen. Wenn z.B. das Ende eines Seminars für Freitag 16h geplant ist, dann ist es sicher willkommen, wenn man schon um 15:50h aufhört, aber es ist ein schwerer Fauxpas erst um 16:10h die Teilnehmer zu entlassen. Denn zu viele Abhängigkeiten werden damit in Gefahr gebracht und der dabei entstehende Stress wird lange in Erinnerung bleiben!

Als Freund von Pausen habe ich auch früh ihre Nützlichkeit für die Kommunikation erkannt. Zu Veranstaltungen, von denen ich im Voraus wusste, dass sie nicht genügend Pausen zulassen, bin ich dann immer zu früh gekommen und habe damit „meine Pause“ im Voraus genommen. Oft hat mir die halbe Stunde, die ich - mit anderen - zu früh da war, mehr gebracht, als das mehrstündige Meeting selbst.

Dies gilt ganz generell, jede Zeit vor einem Event kann wie eine Pause angesehen werden. Der einzige Unterschied wird sein, dass noch nicht alle Teilnehmer anwesend sind. Dafür aber sorgen diese Inhalte, dass Veranstaltungen pünktlich beginnen werden, wenn es eine Motivation gibt, früher zu erscheinen.

### **Gestaltung des Pauseninhalts**

Weiß man, wozu und warum man eine Pause macht, kennt man also genau den Sinn einer Pause, dann sollte es relativ leicht sein, auch den Inhalt richtig zu gestalten. Aber auch hier können bei inhomogenen Gruppen die Vorstellungen weit auseinander liegen. Dient zum Beispiel die Pause der Erholung, dann können die Zeitpunkte, wann man erholt ist, weit auseinander liegen. Ein klassisches Beispiel nehme ich aus dem Radtourismus. Alle warten auf dem Berg, bis der Letzte hoch gekeucht kommt und ist er da, dann wird sofort weitergefahren. Wie kann dabei der Letzte zu seinem Recht auf Erholung kommen?

Es erfordert schon etwas Nachdenken, will man es vielen Recht machen. Auch können widersprüchliche Anforderungen gegeben sein. Der Wirt einer Veranstaltung will die Pause für den Verkauf alkoholischer Getränke nutzen (schließlich lebt er davon), für den Vortragenden aber kann dies tödlich sein, weil ihm dann alle einschlafen. Wer also gelungene Abläufe planen will, muss sich gründlich über Sinn und Gestaltung von Pausen mit allen Beteiligten Gedanken machen. Man tut dies ja auch für die Teile außerhalb der Pausen, warum dann die Pausen dem Zufall überlassen?

Ein ganz wesentlicher Faktor fast aller Pausen ist Kommunikation. Endlich können jetzt alle reden, die reden wollen. Aber wie sollte das gelingen, wenn z.B. eine viel zu laute Musik läuft oder andere Umgebungsgeräusche

zu laut sind? Oder wie sollte jeder mit jedem reden, wenn man sich noch nicht kennt und es keine Namensschilder gibt?

Hier helfen kluge Veranstalter nach, z.B. mit offenen Fragen kurz vor der Pause, die zur Diskussion anregen. Oder mit Postern, die spezielle Themen behandeln, vor denen sich Gleichinteressierte treffen. Man darf nie vergessen, dass gerade in Gruppen viele Menschen auch einsam sind, die für die Hilfestellung bei Kontakten sehr dankbar wären.

Ein großes Problem der Pausengestaltung ist die Computer- und Handyabhängigkeit vieler Teilnehmer. Dazu gibt es kaum vernünftige und allgemein akzeptierte Lösungen. Am besten ist es meiner Meinung nach, man erleichtert dieses „Leiden“ so gut man kann. Zum Beispiel mit Hot-Spots oder ganz konventionell mit einigen Internetplätzen. Sieht man diese Möglichkeiten nicht vor, dann werden die „Süchtigen“ zu unruhig und sie vermeiden auf die Dauer sogar solche Veranstaltungen. Aber es gibt auch Anhänger für das Gegenteil, mit totaler Abstinenz moderner Kommunikation.

Ein fast immer schlechter Pauseninhalte ist das Warten, z.B. auf Essen oder Getränke. Hier sollte man z.B. durch Reduktion des Angebots oder durch temporäre Erhöhung des Personals (z.B. auch aus dem Publikum) über eine Beschleunigung nachdenken.

Pausen brauchen auch Raum für Bewegung, aber immer auch für einige Sitzplätze, eventuell sogar auch Liegen zum Kurzentspannen. Entsprechende Angebote werden vor allem dann gerne angenommen, wenn man sich dabei nicht zu sehr beobachtet fühlt. Aber Pausen müssen auch Bühnen für Selbstdarsteller, Menschen die immer gerne im Mittelpunkt stehen wollen, bieten.

Pausen können durchaus auch für kommerzielle Aufgaben, wie z.B. Werbung oder Informationen genutzt werden, wenn man diesen Angeboten problemlos ausweichen kann. Solange man - wie bei Kaffeefahrten - nicht gezwungen wird, sich diesen Angeboten zu stellen, können sie durchaus auch zur Unterhaltung oder sogar Entspannung dienen.

Ich kann mir vorstellen, dass sich erfahrene Eventmanager sogar ein ganzes Repertoire für Pausenentertainment aufbauen. Eine Unterhaltungsform, die ähnlich den Werbespots, in kurzer Zeit und gedrängt Entspannung, Information und Unterhaltung vermittelt. Wer Anregungen dazu haben will, der hole sie sich von der Straßenkunst: Gaukler, Zauberer, Marktschreier, Straßenmusiker können hier gut als Vorbilder dienen.

Pausenmanagement kann man nicht nur so eng auffassen, wie dies hier geschehen ist. Vom Seufzen als Kurzpause bis zum Sabbatical Leave (alle 7 Jahre) ist das Feld weit.

Ich denke aber, schon mit diesen wenigen und engen Beispielen können Veranstalter Anregungen für ihre speziellen Probleme übernehmen. Die reale Welt ist zu vielfältig, als dass für alle Situationen hier Lösungen angeboten werden können. Aber so wie der Schluss, genau so wie der Beginn, für alle Arten von Events immer einen Höhepunkt darstellen soll, so will ich auch hier alles noch einmal ganz kurz zusammenfassen und wünsche viel Erfolg mit dem persönlichen Pausenmanagement.



## Lüge und Wahrheit

Meine Mutter konnte in einem Gespräch schnell entdecken, ob ihr Gegenüber die Wahrheit sagt oder lügt. Ihre lange Lebenserfahrung und ihre Intelligenz haben sie darin zur einer Meisterin werden lassen. Vor allem verfügte sie aber auch über ein gutes Gedächtnis und eine gute Beobachtungsgabe.

Sie hat mich früh auf diese Problematik aufmerksam gemacht und so habe ich mich in der Folge ebenfalls viel mit der Frage Wahrheit oder Lüge beschäftigt. Speziell mein Aufenthalt in Wien war ein gutes Übungsfeld, sind doch die Wiener - wie viele anderen Großstädter auch, speziell, wenn sie slawisch geprägt sind - dafür bekannt, dass sie es mit der Wahrheit nicht so genau nehmen.

In einem persönlichen Gespräch ist es relativ leicht, einen Lügner zu enttarnen. Jeder kennt die non-verbale Signale dafür:

- Sich an die Nase greifen
- Sich am Kopf kratzen
- Arme verschränken
- Schnell reden
- Leise reden
- Mit den Augen zucken u.v.a.m.

Man merkt schnell, da stimmt was nicht, Rede und Körpersprache passen nicht zusammen. Aber man weiß auch, dass es oft gar nicht so schlimm ist, belogen zu werden, denn man würde auf viel Unterhaltung und Spass verzichten, wenn es nur wahre Information gäbe.

In den frühen Jahren meines Lebens ist es mir sehr schwer gefallen, selbst zu lügen. Ich hatte große Skrupel und ich habe das Lügen vermieden, wenn es irgendwie

möglich war. Erst durch den Aufenthalt in den USA wurde mir klar, du gehst leicht unter, wenn alle anderen lügen, also habe ich es gelernt und kann es inzwischen gut. Hilfreich waren dabei die Erfahrungen als Hobby-Schauspieler und langes Management-Training..

Heute, am Ende eines langen Lebens, denke ich sehr viel differenzierter über die Frage Wahrheit und Lüge. Ich bin überzeugt, dass beide Vorgangsweisen notwendig sind, aber weiß auch, dass ein Umfeld, in dem wenig gelogen wird (oder werden muss) für mich viel angenehmer ist, weil es weniger Aufwand im Alltag bedeutet.

Mit der Lüge ist es ähnlich, wie mit der Dummheit. Sie zu bekämpfen bringt wenig, es ist viel günstiger mit ihr zu leben. Denn wenn man die Lüge als solche durchschaut, dann kann man viel über Hintergründe einer Aussage erfahren. WARUM LÜGT JEMAND? Das ist doch die Kernfrage, um die es geht!

Der Schauspieler lügt, um uns mit Illusionen zu unterhalten, die Religionen lügen, um uns zu trösten, Politiker lügen, um etwas zu erreichen (das uns aber dann nützen kann), Medien lügen, weil sie verkürzen müssen, Werbung lügt, weil sie nur mit Übertreibungen aufmerksam machen kann, Partner lügen uns an, weil sie uns schonen wollen, Unwissende lügen, weil auch sie Antworten und Erklärungen brauchen, Kinder lügen, weil sie uns ihre Fantasien mitteilen wollen, Ärzte belügen uns, weil sie uns damit beruhigen können, gelogen wird auch aus Scham, in einer Notsituation, zum Wohle des Belogenen. In dieser Liste sollte man das „Lügen“ immer in Hochkommas schreiben, denn es ist ja im eigentlichen Sinne keine Verstellung, kein Betrug oder Ausnahme, es gehört eher zum Beruf oder Status der Personen dazu. Und diese Liste ist beileibe nicht komplett, es fällt allen Lesern leicht, weitere Beispiele zu finden.

Wenn es so viele „Lügen“ gibt, dann stellt sich doch die Frage, ob es „Wahrheit“ gibt? Wie ich jung war, war mir das klar, natürlich gibt es die Wahrheit, sie war doch mein erstrebenswertes Ziel, deshalb habe ich studiert und viele Mühen auf mich genommen!

Aber im Alter bin ich skeptischer. Es gibt sicherlich viel, was meist richtig ist. Aber wenn man genauer hinschaut, dann sind unzählige Einschränkungen zu sehen. Das Meiste gilt nur für kurze Zeit, nur an bestimmten Orten, nur unter bestimmten Randbedingungen, nur in speziellen Kulturkreisen, also alles sehr limitiert. Ich sage gerne, es gibt keine einzige Wahrheit und meine damit, dass man auch gar keinen Anspruch auf die Wahrheit haben sollte, denn ihr Wert ist auf die Dauer sehr gering.

Mit diesen vielen Beispielen „professioneller Lügner“ sollte es nun doch leicht sein, allgemeine Prinzipien für Lügen und Wahrheit herauszufinden. Genau dies will ich hier versuchen.

### **Lüge und Wahrheit - Sprüche und Erkenntnisse**

- Wer einmal lügt, dem glaubt man nicht und wenn er auch die Wahrheit spricht.
- Kinder und Narren sagen die Wahrheit.
- Im Wein liegt die Wahrheit (in vino veritas).
- Die Wahrheit ist einfach (veritas est simplex).
- Lügen haben kurze Beine.
- Am meisten gelogen wird vor der Wahl, nach der Jagd und auf Bahnhöfen (resp. Flughäfen).
- Womit kann man besser lügen, als durch Tatsachen?
- Wenn alle Menschen immer die Wahrheit sagten, wäre das die Hölle auf Erden.
- Schönen Menschen glaubt man Lügen leichter.

- Zitate glaubt man eher, als anderen frei erfundenen Lügen.
- Mit Fotos kann man besonders effizient lügen.
- Auch wer häufig lügt, kann unterhaltsam sein.
- Wenn alle lügen, geht es relativ ehrlich zu.
- Völlig überzogene Lügen werden eher geglaubt als harmlose.
- Die Sterne lügen nicht.
- Pessimist ist jemand, der vorzeitig die Wahrheit sagt.

Der Hauptgrund für die Lüge wird der (meist nur kurzfristige) Vorteil dafür sein. Es wird bewusst die Unwahrheit gesagt, weil man damit besser fährt. Aber Lügen können auch Teil der Kultur sein. Wie oft am Tag lügen wir unbewusst, ich erinnere nur an „Wie geht’s?“, „Danke, gut!“.

Ich habe eine innere Warnlampe, die mich, ähnlich wie bei komplexen Situationen, daran erinnert, dass es bei dem Gebotenen um eine Lüge handeln kann. Immer, wenn viel Geld, eine Karriere, Sieg oder Niederlage, auch Sucht, im Spiel sind, dann sind Lügen sehr wahrscheinlich.

Bilder-Sprachen-Elemente, wie Fernsehen, Fotos, Schaubilder, Folien, Präsentationen, verführen zur Lüge. Es ist mit unserer unzureichenden Sinneswahrnehmung extrem einfach, uns damit zu täuschen, also wird es auch geschehen. Ideologien, Visionen und langfristige Prognosen sind häufig Lügen. Sehr komplexe Vorschriften, wie das deutsche Steuerrecht, widersprechen sich häufig und fördern so Lüge und Betrug.

Mehrstufige Beweisführungen, mit viel Recherchearbeit und vielen Schlüssen, sind häufig Lügen. Hier sind sowohl

manche Quellen unzuverlässig, als auch die Schlussfolgerungen nicht immer zwingend.

Unterhaltung, Shows, Fiktion, Schlagzeilen, Witze, Slogans oder Parteiprogramme haben mit Wahrheit wenig zu tun.

Wann kann ich nun Informationen trauen? Der Volksmund sagt, Kinder, Narren (und vielleicht auch noch Betrunkene, denn im Wein liegt sie doch) sagen die Wahrheit, also Menschen, die dafür nicht bestraft werden können und die auch keine Absichten haben. In der Tat ist das Desinteresse der sicherste Schutz vor Manipulationen. Wer kein Interesse an mir, an meiner Meinung, an meinem Geld hat, der wird mich auch nicht belügen, das ist meine Schlussfolgerung aus einem langen Leben.

Nun kann ich aber nicht nur diesen Menschen vertrauen, ich muss auch Partnern, im Privaten, wie im Beruf, vertrauen können, ich bin abhängig von vielen anderen Informationen, z.B. vom Wetterbericht oder Fahrplänen, ich muss mich auf Verträge verlassen können, lege mein Leben in die Hand von Betreuern und Ärzten oder vertraue Geheimnisse Freunden an.

Wie entsteht nun das Vertrauen, dass ich die Wahrheit sehe oder höre? Auch hier wieder eine kleine, diesmal positive, Checkliste:

- Die Aussage ist entweder sofort oder bald überprüfbar (Transparenz).
- Die Aussagen sind einfach und gut verständlich.
- Die Aussagen klingen realistisch und sind nicht übertrieben.
- Mehrere, ähnlich lautende Quellen.

- Die Informationsquelle hat mich in der Vergangenheit selten enttäuscht. Dass sie immer Recht hatte, kann ich nicht annehmen, das wäre unreal.
- Ich hatte oder werde häufigen persönlichen Kontakt haben, es kann also Rache oder Strafe befürchtet werden.
- Alle Kanäle der Information sagen dasselbe, z.B. verbal und nonverbal, Text und Bilder.
- Es werden nicht nur Vorteile, sondern auch Nachteile aufgeführt.
- Man sagt nicht nur, was man weiß, sondern offenbart auch sein Nichtwissen.
- Es ist das dahinter liegende Geschäftsmodell klar, man weiß also, wie die Informationen finanziert werden.
- Korrekte Mathematik lügt nicht. Auch Uhren (und andere ausgereifte Messgeräte) sind zuverlässig.

Als (ehemaliger) Lobbyist, Wissenschaftler, Manager, Leser, Ausländer, Kunde, und Familienmensch habe ich unzählige Varianten von Wahrheit und Lüge erlebt. Sie alle aufzuführen ist unmöglich, aber einige will ich erläutern, weil sie doch sehr häufig vorkommen und es immer noch Naive gibt, die drauf reinfallen. Schließlich soll man auf der Denkstelle auch was lernen können. Zu Beginn zähle ich Lügen auf, die durch gekonnte Darstellung übermittelt werden.

### **Absolute und relative Prozente**

Ein häufiger Darstellungsfehler, der besonders in der Medizinkommunikation zu verheerenden Fehlentscheidungen führen kann.

Angenommen von 1000 Menschen bekommen drei Menschen eine spezielle Krankheit. Nun wird durch eine Maßnahme (Medikament oder etwas anderes) diese Zahl auf zwei reduziert. Die Befürworter dieser Maßnahme

sprechen nun von einem Nutzen von 33 Prozent, in Wirklichkeit aber ist die Morbidität nur um 1 Promille gefallen.

Mit diesem Wechselspiel von relativen und absoluten Prozenten kann man nun beliebig verwirren und damit auch bestens lügen, obwohl man doch immer die „Wahrheit gesagt“ hat.

### **Die großen Zahlen**

Alles was über 1000 ist, können wir uns nur schwer vorstellen. Was ist eine Million? Ein befreundeter Physiker erklärt dies immer mit dem Meterband. Ein Meter hat 1000 Millimeter, ein Kilometer damit 1.000.000 Millimeter. Aber selbst damit haben schon viele Probleme.

Ganz versagen wir bei größeren Zahlen oder bei Einheiten, die wir uns nur schlecht vorstellen können. Nun könnte man meinen, das kommt in der Praxis kaum vor, aber dies stimmt nicht mehr. Unsere Kraftwerke produzieren Megawatt, unsere Datenspeicher speichern Gigabytes, ich brauche als Fotograf schon Speicher im Terabytebereich.

Oft gibt es auch gleichlautende große und kleine Einheiten, die sich um den Faktor 1000 oder auch mehr unterscheiden. Bestes Beispiel dafür sind die Kalorien oder auch die Billion, die verschiedene Bedeutung haben. Sie alle fördern Verwirrung und öffnen das Tor zu Lügen. Gerade in der aktuellen Energiediskussion kann man hier wirklich Haarsträubendes erleben, wenn Solaranlagen mit Kernkraftwerken verglichen werden.

Die Physiker haben für diese Problem eine gute Lösung gefunden, nämlich die Notation mit Zehnerpotenzen. Aber sie setzt sich in der Allgemeinheit nicht durch, wahrscheinlich, weil man damit nicht so gut lügen kann!

### **Ein kleiner Prozentsatz einer großen Zahl**

Ein beliebter Trick, um Prognosen plausibel zu machen und fast immer eine Lüge. Angenommen, in einer Stadt mit 100.000 Einwohnern wird ein neuer Laden eröffnet. Nimmt man nun an, dass „nur ein Prozent“ in den Laden kommen wird, so hat man schon 1000 Kunden! Schön wär`s!

Auch die Umkehrung wird häufig angewandt. Füllt man z.B. einen Saal mit 100 Plätzen mit Zuhörern, von denen jeder „nur“ 100 Euro Eintritt zahlt, dann hat man auf einen Schlag 10.000 Euro eingenommen. Auch dies ist oft Illusion.

Große Wirkungen erreicht man in der Praxis nur durch „Kettenreaktionen“ und dafür sind spezielle Umstände notwendig, die nur selten anzutreffen sind.

### **Die Linearität und Kontinuität**

Es gibt in der Praxis außerhalb der Physik und Mathematik nur wenige lineare Zusammenhänge. Viel häufiger sind Schwingungen zwischen Minima und Maxima oder auch exponentielles Verhalten und damit S-Kurven.

Jede Mutter weiß, dass zwei Kinder viel mehr Arbeit bedeuten, als das doppelte eines Kindes, auf zwei Gleisen kann man viel mehr als das Doppelte eines Gleises befördern, u.s.w. Wer also für Alltagsphänomene Linearität voraussetzt, was häufig vorkommt, lügt.

Auch Kontinuität ist eher selten. Sicherlich ändert sich nicht alles dramatisch, aber viele kleine Änderungen sind ebenso schwer zu verkraften wie ein große Änderung. Wer nun die Vergangenheit unverändert fortschreibt, lügt deshalb oft.



### **Die Verwirrung mit dem Maßstab oder der Basis**

Es gibt dafür unzählige Beispiele, mit der Wahl des Maßstabs lügen nicht nur Physiker, sondern auch Statistiker, Finanzexperten und natürlich auch Politiker.

So sind hohe Zuwachsraten am Beginn einer Entwicklung stets irreführend. Mit logarithmischen Maßstäben kann vor allem Laien beeindrucken. Bei Vergleichen, z.B. von Börsenkurven, legt man die Performance vor allem durch die geschickte Wahl des Beginn des Vergleiches fest.

Beliebt ist auch das Wechseln der Einheit. Bei Sensoren von Digitalkameras spricht man z.B. von 1/3 Zoll Chips, das klingt doch ganz gut, in wirklich hat dieser Sensor nur 8 mm Diagonale. Das faire Maß wäre hier Fläche in qmm!

Der Ölpreis wird in Dollar angegeben, aber der Wechselkurs ändert sich täglich. Damit kann man bestens lügen, in jede Richtung, wie man nur will!

Ich kann mir weitere Beispiele hier sparen, aber muss den Punkt doch erwähnen, weil er so oft vorkommt.

### **Ursache und Wirkung**

In dieser Kategorie kommt es weniger auf die Darstellung an, als auf Absichten. Für die Naturwissenschaftler ist diese Frage meist kein Problem und für viele Zusammenhänge haben sie sogar Gesetze, die präzise Vorhersagen ermöglichen.

Aber für viele Alltagsphänomene haben wir keine Gesetze, zumindest keine, die mit großer Wahrscheinlichkeit gelten und auf die wir uns verlassen könnten. Dieser Zustand ist für uns Menschen unbefriedigend und wir reagieren in verschiedener Form darauf. Die häufigste Antwort ist, dass wir Zusammenhänge erfinden, die es

ursächlich gar nicht gibt. Diese Theorien mögen gar nicht stimmen, aber sie befriedigen unser Bedürfnis nach Erklärungen.

Aber mindestens ebenso häufig sehen wir die schon existierenden Abhängigkeiten nicht. Manchmal sind große Zeitabstände die Ursache dafür, manchmal aber ist es auch nur der Wunsch, Folgen eigener Entscheidungen zu verdrängen.

Die zwei Hauptfehler

- Zusammenhänge werden angenommen, die es gar nicht gibt.
- Zusammenhänge werden ignoriert, die existieren.

An dieser Stelle will ich für diese Alltagssituationen Beispiele nennen, die besser sensibilisieren sollen, nicht in diese Fallen der Ursache-Wirkung Erklärung zu tappen.

Große Katastrophen wollen stets erklärt werden. Früher hat man sie als Strafe Gottes angesehen und dadurch auch leicht Schuldige gefunden. Juden Progrome und Hexenverbrennungen sind historische Beispiele dafür.

Aber auch in unserer aufgeklärten Zeit gibt es ähnliche, falsche Erklärungen. So muss heute der „Klimawandel“ für jedes besonders schlechte, wie auch gute Wetter herhalten. Alle Lösungen für Strukturprobleme etablierter Wirtschaften werden mit der Gefahr des „Neoliberalismus“ abgeblockt. Hat man technische Entwicklungen verpennt, dann ist die „Globalisierung“ schuld.

Ebenso tragisch ist aber auch die Verdrängung von Zusammenhängen, die wir nicht wahrnehmen wollen. So wird ein Wahlergebnis kaum mit einer wirtschaftlichen

Krise in Zusammenhang gebracht, vor allem wenn man die an der Macht selbst gewählt hat.

Wer die katastrophalen Zustände in Afrika mit noch mehr Entwicklungshilfe lindern will, vergisst gerne, dass diese eine Hauptursache für diese Not ist.

Manchmal sind die Zusammenhänge ja tatsächlich so kompliziert, dass man verzeihen könnte, dass jemand hier falsch liegt. Aber meist ist es nur Blindheit, z.B. durch Ideologie, die vor Einsicht schützt. Glauben-zu-wollen oder Nicht-Glauben-zu-wollen helfen bestens beim Verdrängen der Realität und schützen vor einer Analyse, deren Ergebnisse man gar nicht hören will.

### **Motherhood Statements (Slogans)**

Wir haben keinen guten deutschen Begriffe für diese Aussagen, bei denen sich jeder gut fühlt, die man selbstverständlich unterstützen muss, die nicht konkret sind und daher entweder lügen oder wertlos sind. Vielleicht kommen Gemeinplatz oder Plattitüde (Platitude) den „Motherhood Statements“ noch am nächsten, aber ihnen fehlt das gute Gefühl, das man damit erzeugt.

Wer ist nicht für „Wohlstand für Alle“, den „Beitrag zum Weltfrieden“ oder „Soziale Gerechtigkeit“? Niemand, also kann man unter solchen Schutzschirmen bestens für sein eigenen Interessen lügen. Denn wer würde es schon wagen, diese guten Absichten öffentlich in Frage zu stellen?

Wem es gelingt solche Slogans zu erfinden, der kann große Macht ausüben, aber auch damit viele mit dem Populismus ins Verderben treiben. Die Kunst bei der Auswahl darin liegt, das Gefühl einer großen Anzahl von

Menschen in prägnante Worte oder kurze Sprüche fassen zu können.

Ich habe dies am Thema „Rauchen“ dreißig Jahre lange beobachtet. Alle Bemühungen, gegen diese Sucht vorzugehen, waren vergebens, erst als der Slogan „Nicht-raucherschutz“ populär wurde, kam es zu Handlungen durch die Politik.

Will man gegen Slogans vorgehen, dann gelingt es am ehesten mit Gegenslogans, weniger mit Beweisen oder gar mit Vernunft. Wer also keine „Freie Fahrt für freie Bürger“ mehr haben will, der „Rettet die Erde“ mit Tempo 130 auf deutschen Autobahnen.

### **Es war einmal, es wird einmal sein, es ist weit weg**

Bei der Erklärung der Vergangenheit, bei langfristigen Prognosen und bei Berichten aus anderen Kulturen erwarte ich gar keinen Wahrheitswert mehr. Ich nehme sie als Fiktion, die mich unterhält und animiert und es überrascht mich auch nicht mehr, wenn die bisherigen Erklärungen alle falsch waren, wenn die Prognosen nicht eintreffen und wenn man die Ereignisse weit weg beim persönlichen Besuch nicht mehr antrifft.

Fantasie, Illusionen, Glaube und Hoffnung, sind wichtig für uns. Man sollte sie nicht mit der Bürde der Wahrheit belasten.

### **Zusammenfassung**

Möglicherweise habe auch ich mit diesem Beitrag zur Denkstelle mehr verwirrt als aufgeklärt. Deshalb ist eine kurze Zusammenfassung vielleicht ganz nützlich. Es wird immer Lügen geben müssen und es kann keine absolute Verlässlichkeit auf Wahrheit geben. Also werden wir lernen müssen, mit diesen Misslichkeiten zu leben.

Aber wir haben als lernende Menschen ein gutes Instrumentarium entwickelt, damit erfolgreich umzugehen. So sind wir skeptisch geblieben, besonders wenn es zu gut klingt, um wahr zu sein, wir hinterfragen, wir nützen Redundanz, verlassen uns also nicht nur auf eine Quelle oder ein Standbein. Wir planen Puffer ein, legen Vorräte an, damit Überraschungen oder auch Lügen uns nicht gleich in unserer Existenz bedrohen.

Ich selbst bemühe mich, in meinem direkten Umfeld in der Familie tatsächlich ehrlich zu sein und weiß es wenigstens noch, wenn ich zur Unterhaltung oder bei Komplimenten übertreibe und damit auch lüge.

Ich lüge aber durch Weglassen, auch durch Wegschaffen und habe dabei kein schlechtes Gewissen mehr und ich lüge auch, wenn ich selbst offensichtlich belogen werde.

Ich lüge teilweise auch mit meinen vielen Fotos. Meist in dem ich Hässliches weglasse (das geht leicht durch die Wahl des richtigen Ausschnitts), aber auch in dem ich Sonne (=Helligkeit) dazu füge. Aber ich mache keine Bildmanipulationen. Trotzdem ist es sehr einfach mit Fotos zu lügen. Da ein Bild mehr als 1000 Worte sagt, kann man damit auch sehr effizient die „Wahrheit massieren“ und manipulieren.

Gefährlich wird die eigene Lüge (jetzt abgesehen von den Lügen, die als kriminelles Delikt geahndet werden können, die sind immer gefährlich), wenn man selbst an sie zu glauben beginnt.

Übrigens erscheint es mir etwa gleichermaßen schwierig zu sein, die Wahrheit zu sagen, wenn man verlogen ist, wie zu lügen, wenn man wahrheitsbewußt sein will.

Aber auch die Wahrheit hat ihre Tücken. Mir sind Menschen suspekt, die behaupten wahrhaftig zu sein und ich meide sie. Lieber ist es mir, wenn Menschen offen sind und den Konflikt, der in ihnen zwischen Lüge und Wahrheit steckt, äußern. Dies würde ich dann ehrlich nennen, auch wenn es nicht die landläufige Definition davon ist.

Wahrheit ist oft unmenschlich. Ihr Anspruch ändert sich oft. Je länger wir leben und je mehr sich das Umfeld ändert, desto mehr werden wir Absolution, Amnestie oder Vergessen, Vergebung und Verzeihung brauchen.

# Glück

Je mehr und je präzisere Wörter es für einen Begriff gibt, desto mehr Bedeutung hat er in einer Kultur. Daraus schließe ich, dass "GLÜCK" für die Deutschen eher unwichtig ist. Wie unterscheiden nicht, wie im englischen Sprachraum, zwischen "Glück haben" (lucky)" und "Glücklich sein" (happy), oder temporärem Glückempfinden (pleasure) oder dauerhaftem Glück (happiness).

Über viele Jahre hat mich ein Poster mit folgendem Inhalt an eine Definition von Glück erinnert.

Das Glück auf dieser Welt - von Christophe Plantin  
(Saint-Avertin 1520 — Anvers 1589)  
(übersetzt von C. Th. Schlatter)

Zu haben ein praktisch und schön Wohngebäude,  
Ein Garten mit duftenden Blumen geschmückt,  
Früchte, besten Wein, wenig Kinder und beglückt  
mit einem Weib, das stets treu steht zur Seite.

Keine Schulden, keine Liebschaft, kein Prozess,  
kein Streit  
Keine Teilung zu machen mit seinen Verwandten,  
zufrieden mit wenig, nichts hoffen von Bekannten.  
Gerecht und richtig handeln allezeit.

Leben ohne Ehrgeiz und mit Freimut,  
Ohne Zögern huldigen der Demut  
Zähmen seiner Leidenschaften wilde Glut.

Freien Geist und klares Urteil halten als Gebot  
Bei der Arbeit sprechen im Gebet zu Gott  
Das ist in Ruhe erwarten zu Hause den Tod.

Ich habe es bei einem Besuch im Musée Platin Moretus in Antwerpen gekauft und mich mit ihm daran erinnert, dass ich eigentlich zufrieden sein kann.

Jetzt, wo ich alt werde, ist mein Bedürfnis, mich an mein Glück zu erinnern, viel ausgeprägter geworden. Es geht mir einerseits darum, meine Dankbarkeit zu begründen, bevor ich sie vergesse, aber auch meinen stets unzufriedenen Landsleuten doch eine kleine Erinnerungshilfe zu bieten.

### **Meine Jugend in Linz**

Als Jahrgang 1944 habe ich jetzt über 60 Jahre (oder zwei Generationen) Frieden erleben dürfen. Im Schutze der Atombombe hatten wir zwar einen kalten Krieg, aber mich hat er persönlich wenig getroffen. Ich bin rückblickend sehr zufrieden mit meinem Geburtsjahrgang. Diese schöne lange Zeit des Aufbaus, kaum Belastung mehr durch die Naziherrschaft. Wäre ich eine Generation früher geboren worden, ich wäre mir nicht sicher gewesen, ob nicht auch ich auf die Verlockungen der Nazis, mit all den schrecklichen Konsequenzen, reingefallen wäre.

Auch der Ort meiner Kindheit und Jugend war nicht schlecht. Das Aufwachsen im amerikanischen Teil von Linz an der Donau (in Oberösterreich) erschien mir immer wie ein Segen. Wenn ich bedenke, dass keine 10 km weiter (in Urfahr) das russische Besatzungsregime herrschte und weitere 30 km danach in der Tschechoslowakei man schon hinter dem Eisernen Vorhang war. Wenige Kilometer Unterschied hätten mir 40 Jahre kommunistische Diktatur beschert!

Linz hatte noch einen weiteren Vorteil. Die bäurisch-industrielle Denkweise der Bevölkerung hat mich bis heute geprägt. Ich habe gelernt, dass man mit Fleiß viel errei-



chen kann und ich habe viel von den sozialen Segnungen der Stadt profitiert. Beste Bibliotheken, preiswerte Schulen, gute medizinische Versorgung haben das Leben für mich attraktiv gemacht. Und die Krönung war dann auch noch ein Stipendium der Stadt, das mir den Weg zum Studium nach Wien geebnet hat. Deshalb habe ich mich gefreut, dass Linz Kulturhauptstadt 2009 geworden ist!

Auch mit meinen Eltern hatte ich Glück. Sie haben mir zwar kein Vermögen mit in die Wiege gelegt, aber dafür gute Gene, die mich älter und wohlhabender werden haben lassen, als es je ein männlicher Vorfahre war. Vor allem meine Mutter war sehr wichtig für mich. Zum Glück hatte ich für ihre letzten Lebensjahre, wo sie dann Hilfe brauchte, viel Zeit für sie.

## **Wien**

Wien war rückblickend eine gute Wahl für einen Studienort. Während des Studiums selbst war ich zwar oft unglücklich mit Wien, aber es war ein gutes Training, um in einer "Großstadt" zu überleben. Ich habe wirklich viel dabei gelernt, was nützlich für mein späteres Leben war und ich hatte Dank glücklicher Umstände sehr preiswerten Zugang zu Hochkultur in jeder Form.

Die beste Entscheidung war das Studium der "Informationstechnik", wie man diesen Studiengang heute nennt, seinerzeit gab es ihn noch nicht. Mit der Datenverarbeitung hatte ich wirklich das große Los gezogen. Viele Jahre blühendes Wachstum, gutes, sicheres Einkommen, nette Kollegen, kompetente Chefs, schöne Reisen und längere Auslandsaufenthalte und jetzt im Alter sogar noch eine Betriebsrente, mehr kann man von einem Fachgebiet nicht erwarten.

Zum Glück hatte ich mich für die beste Firma auf diesem Gebiet entschieden, nämlich die IBM. Und es gibt sie bis

heute, viele andere, die auch Kandidaten für mich waren, sind inzwischen verschwunden.

An dieser Stelle sollte ich vielleicht doch das "Glück" nicht zu sehr strapazieren, sondern eher das nüchterne Kalkül anführen. Haben erfolgreiche Menschen immer nur Glück, oder stammen ihre Entscheidungen nicht vielmehr aus der Überlegung, was am besten für sie ist? Ich denke, ich hatte ein ganz gutes Händchen für den richtigen Mix. Vieles kann man tatsächlich nicht vorhersehen und man ist auf Glück angewiesen, aber andererseits hat man in unserer freien Gesellschaft doch große Auswahl und viel mehr Chancen, als man oft denkt.

Ich bin immer noch froh, dass ich mich entscheiden habe, Österreich zu verlassen und mich in Deutschland niederzulassen. Sicherlich habe ich dabei auch einiges verloren, zum Beispiel Geborgenheit, Kultur und Naturschönheiten, aber auch viel an Sicherheit und Freiheit gewonnen.

### **Kinder**

Eine große Quelle des Glücks waren und sind meine drei Kinder. Inzwischen sind sie ja groß genug, dass ich beruhigt sein kann, dass aus ihnen auch "was geworden ist". Was gibt es schöneres für Eltern, als dies erleben zu dürfen.

Ich war schon vierzig Jahre alt, als mein letztes Kind, ein Sohn, geboren wurde. Der Arzt hat mir einen der schönsten Augenblicke meines Lebens bereitet, als er gesagt hat (es war in einem Krankenhaus in den USA): "it's a boy and he is fine".

Im Gegensatz zu meinen Frauen, mit denen die glücklichen Zeiten eher kurz und nicht dauerhaft waren, war die Freude mit den Kindern eine kontinuierliche und

sie hat auch nicht geendet, wenn das Verhältnis zu den Partnerinnen getrübt war.

### **Wohnung**

Ein großes Glück ist eine schöne Wohnung, mit netten Nachbarn. Erstere kann man sich ja aussuchen und selbst gestalten, leider hat man die Wahl der Nachbarn nicht immer im Griff. Nach unzähligen Umzügen und allen Varianten des Wohnens, vom eiskalten Kellerzimmer bis zum luxuriösen Penthouse, kann ich nur sagen, die Mitbewohner, die Nachbarn und die Umgebung sind wichtiger als die Wohnung selbst.

Stimmen auch noch die Angebote des Wohnortes, mit genügend Kultur, Kontakten, guter Infrastruktur, Arbeitsmöglichkeiten, dann kann man wirklich zufrieden sein. Wenn ich auch gerne kritische Seitenhiebe auf mein von mir bewusst gewähltes Altersdomizil Tübingen mache und immer wieder aus der Enge dieser Stadt fliehen muss, so betrachte ich es in der Summe doch als großes Glück, dass ich diesen Ort gefunden habe und ich mich in ihm niederlassen und sogar heimisch werden konnte.

### **Freunde**

Einen besonderen Platz im Leben nehmen Freunde ein, besonders jene, die einen über lange Zeit begleitet haben. Es gehört schon Glück dazu, die richtigen zu finden. Auch gute Arbeitskollegen würde ich zu diesem Kreis dazu zählen. Sie alle machen das Leben erfreulich und helfen einem bei den unzähligen kleinen und großen Problemen, die es im Laufe eines Lebens zu meistern gibt.

### **Glück**

Damit wäre ich schon am Ende meiner Liste, was mir Glück bedeutet. Also eine liebe Familie, Gesundheit, ein Beruf, der einen gut ernährt und Freude macht, eine

praktische Wohnung, mit netten Mitbewohnern und Nachbarn, eine lebenswerte Stadt, Leben in einem freien, sicheren und friedlichen Land und loyale Freunde.

Und was ist mit dem Lottogewinn, dem Porsche vor der Villa, der Yacht, zügellosem Sex, den Essen in Luxus-restaurants, immer mehr Macht, den Urlaube in exotischen Ländern, dem Ruhm der Unsterblichkeit?

Ich weiß nicht so recht, was ich darauf antworten soll. Sicherlich gehört Glück dazu, sie zu bekommen oder zu erreichen, aber machen sie auch wirklich glücklich? Ich hatte die Chance, in alle der angesprochenen Bereiche reinzuschmecken und wurde nicht davon überzeugt, dass sie unbedingt zum Glück notwendig sind.

Vielleicht in kleinen, verdaubaren Portionen und in überschaubaren Zeiträumen. Aber ein Zuviel des Guten kann leicht zum Problem werden. Das richtige Maß zu finden, ist wahrscheinlich das größte Glück mit dem Glück!

### **Das Glücksbuch**

Es lohnt sich in einer ruhigen Stunde, z.B. an einem Jahresende, darüber nachzudenken, was Glück bedeutet hat und wo und wie man Freude hatte. Dazu dient bei mir das Joy-Book, das es als 133 Kleine Freuden auch zu kaufen gibt.

Ähnliches kann man auch im Ruhestand, nach oder am Ende eines langen Berufsabschnittes, machen. Gerade im Alter neigen Menschen zu Depressionen, da ist es doch ganz nützlich, sich an die freudigen Momente im Leben zu erinnern.

Mehr von Otto Buchegger im Internet: auf

<http://www.buchegger.de/otto-buchegger.html>

—  
Kontakt bitte per E-Mail über [www.buchegger.de](http://www.buchegger.de)

**Anlässlich des 65. Geburtstags von Otto Buchegger  
erscheinen 2009 mehrere Druckausgaben seiner  
Internetpräsenzen.**

Die Kunst der Klugheit

Die Praxilogie

133 Kleine Freuden

Die Denkstelle

Senioren besser verstehen

**Nachtrag zum e-Book (im PDF Format) 2015**

Neu zu kaufen gibt es 2015 nur noch die „Kunst der Klugheit“.

Die meisten Internetpräsenzen wurden entweder in jüngere Hände übergeben oder gelöscht. Da aber immer wieder danach gefragt wurde, habe ich 2015 einen im wesentlichen unveränderten Nachdruck als e-Book veröffentlicht. Er kann unter der Lizenz Creative Commons unter Angabe des Autors weiter verwendet werden.

Tübingen, im Februar 2015

Otto Buchegger