



Heute und Morgen

Harald Katzmaier
ist Sozialwissenschaftler,
Netzwerkforscher, Gründer und
Direktor von FASresearch

Ruhelose Gesellschaft

Gute Neujahrsvorsätze

Alle Jahre wieder dieselben Neujahrsvorsätze: mehr Sport machen, abnehmen, weniger Stress, insgesamt gesünder leben, mehr Zeit für Familie und Freunde, weniger Geld hinauswerfen, weniger Zeit auf Facebook verplempern. Neujahrsvorsätze sind ein Seismograf: Wir arbeiten, sitzen, essen, shoppen und surfen zu viel, dafür haben wir zu wenig Zeit und Raum für uns selber, für unsere Mitmenschen, für Regeneration und zu wenig Muße, um einfach „zu sein“. Auch wenn es uns leichtfällt, den Druck der Arbeitswelt oder die Verlockungen der Konsumgesellschaft dafür verantwortlich zu machen, so sind es wir selbst, die sich in diese Misere hineinmanövrieren.

Der Philosoph Blaise Pascal stellte bereits im 17. Jahrhundert fest: „Alles Unheil kommt von einer einzigen Ursache, dass die Menschen nicht in Ruhe in ihrer Kammer sitzen können. Selbst der König hat einen Narren, um ihn von seinem eigenen Elend abzulenken.“ Ruhelos sind wir ständig auf Zerstreuung aus. Wenn wir nicht arbeiten, surfen wir am Smartphone, wenn wir sonst nichts zu tun haben, suchen wir im Kühlschrank

nach dem nächsten Leckerbissen, ärgern uns über jemanden aus der Vergangenheit oder wälzen Zukunftssorgen. Unsere Konsumgesellschaft lebt davon, dass wir immer mehr Dinge anhäufen und zugleich doch nie zur Ruhe kommen, weil so manche Wünsche immer offen bleiben (müssen). Weil wir unsere eigene Gegenwart nicht ertragen, befüllen wir unser Leben mit Arbeit und Waren.

Unter der Oberfläche unserer Neujahrsvorsätze schlummern tiefer liegende „Gespenster“. Im Wesentlichen sind es Ängste und Gefühle, die wir nicht denken und fühlen wollen. Wer mit sich selbst nicht im Reinen ist, wer ständig auf der Flucht vor den eigenen Ängsten ist, wird auch im Jahr 2016 zu viel arbeiten, zu viel shoppen und zu viel im Internet surfen. Die Qualität der Beziehung zu sich selbst definiert und limitiert aber auch die Beziehungen zum Rest der Welt. In der eigenen Kammer zu sitzen, um sich seinen Ängsten und Gefühlen zu stellen und zu lernen, sie so, wie sie sind, „auszuhalten“, sollte also an erster Stelle im Ranking unserer Neujahrsvorsätze für 2016 stehen.

► Was meinen Sie? Schreiben Sie mir bitte: h.katzmaier@fas-research.com



Das Problem ist, dass wir Menschen nicht in Ruhe in unserer Kammer sitzen können