



Das gute alte Wort Mäßigung und die erstaunliche Entdeckung von Freiheit in einer fast vergessenen Tugend

[I-iz.de/bildung/buecher/2018/08/Das-gute-alte-Wort-Maessigung-und-die-erstaunliche-Entdeckung-von-Freiheit-in-einer-fast-vergessenen-Tugend-228944](https://www.iz.de/bildung/buecher/2018/08/Das-gute-alte-Wort-Maessigung-und-die-erstaunliche-Entdeckung-von-Freiheit-in-einer-fast-vergessenen-Tugend-228944)



Für alle LeserUm so einen Titel geht man erst mal vorsichtig herum wie eine Katze: Thomas Vogel hat recht. Das Wort Mäßigung klingt ein bisschen verstaubt. Eigentlich ist es sogar noch schlimmer: Das Wort klingt verboten. Es klingt nach Verzicht, Bevormundung, Dinge-Wegnehmen, Darben, Selbstkasteiung. Da schreit der freiheitliche Mensch in uns auf. Obwohl: Nein. Eigentlich schreit nicht der freie Mensch auf. Nur der eh schon in Panik versetzte Bewohner einer irre gewordenen Welt.

Denn dass sie irre geworden ist, zeigt jeder Blick über den Tellerrand: Insektensterben, Klimawandel, sterbende Meere, tote Flüsse, Plastikteppiche auf den Meeren, Gift im Grundwasser ... all das sind Folgen menschlichen Tuns, menschlichen Wirtschaftens und einer Marktideologie des Immermehr. Das ist die Grundtriebkraft der kapitalistischen Gesellschaft.

Deswegen darf man ruhig auch über den kleinen, versteckten Glückwunsch zum Geburtstag stolpern an das viel zu oft nicht-gelesene Geburtstagskind des Jahres: Karl Marx. Der Mann wird heute emsiger gelesen als all die 100 Jahre vorher. Selten von Linken, sonst würde es aus den linken Parteien (voran die SPD) klügere Vorschläge zur Lösung heutiger Probleme geben.

Aber Ökonomen, Ökologen, Philosophen, Soziologen und in diesem Fall auch Pädagogen lesen Marx jetzt mit einer Aufmerksamkeit, die der junge Mann aus Trier gerade in den sogenannten kommunistischen Ländern nie bekommen hat. Es war zwar alles zu lesen. Aber selbst die Veröffentlichung der „Ökonomisch-philosophischen Manuskripte“, die Karl Marx schon 1844 geschrieben hat, war in der DDR ein beinahe subversiver Akt.

Denn auf dieses Buch bezieht sich Thomas Vogel, der an der Pädagogischen Hochschule in Heidelberg unterrichtet und sich mit „philosophischen und bildungstheoretischen Fragen im Kontext der gesellschaftlichen Naturkrise“ beschäftigt – und natürlich mit der Frage: Wie kann man es den Kindern beibringen?

Was ist ein glückliches Leben?

Ein uraltes Thema, wie jeder wissen dürfte. Mit kaum einem Thema haben sich die großen griechischen Philosophen von Sokrates, Platon und den Stoikern bis zu den Epikuräern intensiver beschäftigt, als mit dem richtigen Maß im Leben. Und zwar unter einer Überschrift, die eigentlich jedem einleuchtet: Wie kann man tatsächlich ein glückliches Leben leben?

Ihre Gedanken haben bis heute Bestand. Nur gehören sie schon lange nicht mehr zum Bildungsgut in unseren Schulen. Unsere Schulen sind zu Nützlichkeits-Produktions-Anstalten geworden. Der Geist, den einst Adam Smith beschwor, hat es bis in die Lehr- und Stundenpläne geschafft. Zuletzt in Sachsen ja erlebt, als der zuständige Kultusminister kein Problem darin sah, Fächer wie Sport und Deutsch zu kürzen.

Und in den ganzen Debatten, was allerlei Lobbyverbände fordern, was noch alles in die Lehrpläne gedrückt werden soll – von der Digitalisierung bis hin zu irgendwelche Frühformen von BWL – muss man gar nicht reden. Das irre Denken beherrscht auch die Köpfe unserer Politiker. Sie sind Getriebene, besessen von einer Ideologie, die alles, wirklich jeden Lebensbereich der Verwertung, dem Konsum und dem Denken des maßlosen Immermehr unterordnet.

Wer im politischen Diskurs mit Forderungen nach Beschränkung auftaucht, weil ja ganz sichtlich unsere rasend gewordene Konsumwelt die Ressourcen unserer Erde zerstört, hat schnell das Label „Bevormundung“ an der Backe und wird auch von jenen angegiftet, die sehr wohl sehen, welche schlimmen Folgen unsere Gier nach immer mehr und „möglichst billig“ hat.

Wir bekommen, was wir wollen. So gesehen. Denn das ist die Grundlage des Kapitalismus, wie Marx schon 1844 aufschrieb. Denn er gewinnt sein Wachstum direkt aus der Erzeugung immer neuer Bedürfnisse. Er schafft immer neue Produkte, die zwar kein

Mensch zu einem glücklichen Leben braucht, von denen aber alle das Gefühl haben, sie brauchten sie unbedingt.

Wenn Menschen nicht mehr bei sich sind

Wie komplex diese Erzeugung von – falschen – Bedürfnissen ist und wie sehr die von Karl Marx diagnostizierte Entfremdung der Menschen von ihrer eigenen Arbeit und letztlich sogar ihren eigenen Bedürfnissen ist, das haben mittlerweile viele kluge Psychologen, Soziologen und Philosophen herausgearbeitet. Denn wenn der Mensch gezwungen ist, für seinen Lebenserwerb Dinge zu tun, die mit seinen eigenen Bedürfnissen nichts zu tun haben, dafür auch ganze Lebensstunden opfert, nicht mehr abschalten kann und nur noch getrieben ist von der Angst, den Job zu verlieren, der ihm ein halbwegs anständiges Leben ermöglicht, dann sitzt der Frust tief. Dann dominiert die Kränkung das Leben, das permanente Gefühl, nicht belohnt zu werden dafür, dass man so seine besten Lebensjahre hingibt.

Jürgen Große hat dazu in „Der gekränkte Mensch“ Deutliches aufgeschrieben.

Aber es ist ja schon längst nicht mehr so, dass nur die direkte Arbeitszeit den Menschen von sich selbst entfremdet. Kapitalismus kennt kein Maß. Er will alles vereinnahmen und verwerten: Berge, Meere, Felder, öffentliche Räume, Ehebetten, Kinderzimmer und auch die Köpfe, Zeit und Raum sowieso. Was der Hauptgrund dafür ist, warum so viele Menschen nicht mehr abschalten können. Sie sind süchtig nach dem Angebot, das ihnen rund um die Uhr gemacht wird. Sie sind darauf angefixt. Es ist eine Sucht.

Der kurze Kick der Drogen

Darüber haben wir ja auch oft genug geschrieben, wie sehr die Sucht in allen Bereichen der Marktwirtschaft ihre unterste Grundlage ist. Und das Hauptmerkmal jeder Droge ist: Sie verspricht Erfüllung, Kick und Zufriedenheit. Sofort. Doch das hält nicht lange an. Die Angebote sind nur Placebo und erzeugen noch mehr Frust, Entzugserscheinungen und den Hunger nach mehr – egal, ob es Heroin ist, Alkohol, Nikotin oder Zucker, Salzgebäck, das Fernsehprogramm oder der Nachrichtensalat auf Twitter.

Da bin ich schon ein bisschen über das Buch hinausgeschossen. So weit geht Vogel nicht. Aber mit Platon und Kollegen zeigt er, dass auch die alten Griechen und Römer das Problem schon kannten. Denn von Natur her ist der Mensch ein maßloses Wesen. In freier Wildbahn machte Selbstbeschränkung einfach keinen Sinn. So viel konnte die Horde gar nicht jagen, dass die Lager für den Winter zu voll geworden wären. Bis in die jüngere Gegenwart kannten die meisten Menschen auch in Europa den Hunger und die Not, die mit schlechten Ernten einherging.

Das Problem Maßlosigkeit war bis dahin immer ein Problem der Reichen, die Völlerei und Prasserei auch als Zeichen der Macht zelebrierten. Dass all die Kirchenlehrer, die dann Verzicht und Maßhalten predigten, so gut wie erfolglos blieben, liegt in der Natur der Sache. Der Mensch tut nicht das, was vernünftig wäre. Erst recht nicht, wenn die Welt, in

der er lebt, Maßlosigkeit positiv besetzt. Das nehmen Kinder heute schon in der Familie auf, lernen es im TV und im Umgang mit anderen Kindern. Wer nicht mithalten kann im Rennen nach dem neuesten Spielzeug, der wird ausgeschlossen, wird zum Außenseiter.

Gier macht nicht glücklich

Es ändert sich was, stellt Vogel fest. Längst gibt es Tendenzen auch in unserer Gesellschaft, in denen immer mehr Menschen diesem blinden Rennen nach „größer, teurer, mehr“ nicht mehr nachgeben. Wissend darum, dass das mit Freiheit nicht mehr viel zu tun hat – auch wenn die Produkthersteller kein Wort öfter missbrauchen als das Wort Freiheit, egal, ob es um Zigaretten, Bier, Autos oder unfair produzierte Klamotten geht.

Wer ein bisschen nachdenkt darüber, der merkt schnell, dass die Freiheit des Konsumenten mit echter menschlicher Freiheit nicht viel zu tun hat. Der Mensch bleibt seinen wirklichen Bedürfnissen gegenüber genauso entfremdet, wird von den falschen Bedürfnissen des Marktes getrieben, misst sich ständig mit anderen und sucht die Befriedigung seiner zunehmenden Panik in einem Immermehr.

Und zwar nicht nur an Produkten, die ihm aufgeschwatzt werden. Da finde ich, geht auch Vogel noch nicht weit genug. Denn zur Sucht nach immer neuen Produkten, die als „Warenfetisch“ (Marx) regelrecht mit Verheißungen aufgeladen sind, kommt auch die Jagd nach immer mehr in allen anderen Lebensbereichen – immer mehr „Schönheit“, immer mehr Urlaubsreisen immer weiter weg, immer mehr „friends“ auf Facebook, immer älter werden (egal wie), immer mehr Gehalt und mehr Karriere ... usw. Das lässt sich unendlich fortsetzen.

Weshalb auch die alten Griechen schon zu der Einsicht gelangten, man müsse sich selbst dazu erziehen, Maß zu halten, auf Dinge, die zu viel sind, bewusst zu verzichten, in der Enthaltensamkeit eine Harmonie mit sich selbst zu finden – und damit mehr Zufriedenheit und Glück.

Und recht haben sie.

Und trotzdem werden sie immer wieder missverstanden.

Erziehung zur Gelassenheit

Thomas Vogel spannt den ganzen Bogen – geht auch auf die Aufklärung ein, kann Kant, Schiller und Schelling zitieren, die das Problem alle sahen und alle auf ihre Weise versuchten, Wege vorzuschlagen, wie der Mensch in Einklang mit sich und seiner Natur kommen könnte. Bei Schelling tatsächlich auch schon auf die äußere Natur gemünzt. Er hat früh gespürt, dass die Maßlosigkeit des Menschen nicht nur den Menschen selbst zerstört, sondern auch sein Verhältnis zur Natur. Immerhin war er ja Zeitgenosse des jungen Marx. Es war also schon sichtbar, wie rabiart sich die neue Gesellschaft in der Welt austobte – und wie viel dabei kaputt und verloren ging.

Nur tauchten dann meist Begriffe wie Pflicht, Zucht, Verzicht auf. Alle ziemlich negativ konnotiert. Man denkt an Buße und Armseligkeit, freudlos leer geräumte Tische und ein Leben unter steter Kuratel von lauter Verboten.

Das ist bis heute so. Worte haben eine unheimliche Macht. Und oft verbergen sie deshalb, worum es tatsächlich geht. Und da hilft Vogel unter anderem der Verweis auf den französischen Philosophen Michel Foucault, von dem die meisten Leute nur das Buch „Überwachen und Strafen“ kennen. Passt ja, nicht wahr?

Aber Foucault hat sich ebenfalls in vielen Arbeiten mit dem Verhältnis des modernen Menschen zu seinen wirklichen Bedürfnissen beschäftigt. Denn es hat mit der Rolle des Subjekts zu tun und der Frage, über die in deutschen Schulen auch nicht mehr nachgedacht wird: Wer bin ich?

Denn um darüber nachzudenken, braucht man Ruhe, Zeit und den Mut, sich tatsächlich einmal mit den eigenen, den wirklichen Bedürfnissen zu beschäftigen. Dem, was uns wirklich glücklich macht. Und zwar nicht nur für die angepriesenen 5 Minuten, sondern grundsätzlich, so, dass das permanente Unbehagen, wir würden zu kurz kommen, verschwindet, und etwas völlig anderes Platz gewinnt: das Gefühl frei zu sein.

Das findet man so formuliert bei den alten Griechen noch nicht und auch nicht beim grundanständigen Kant, auch wenn es anklingt bei ihm, wenn er den Menschen endlich aus seiner selbstverschuldeten Unmündigkeit heraustreten lassen möchte. Denn wenn wir immer den künstlich erzeugten Bedürfnissen anderer Leute nachrennen, sind wir weder mündig, noch frei.

Der ideale Marktteilnehmer ist nicht frei

Es taucht ein völlig anderer Freiheitsbegriff auf als der, den Adam Smith in seinem dritten Buch „An Inquiry into the Nature and Causes of the Wealth of Nations“ (1776) beschreibt anhand seines idealen Marktteilnehmers, der nur seinen Bedürfnissen folgen muss, und am Ende verbreiten sich überall Glück und Wohlstand über die Nationen. Sein erstes Buch, das dafür eigentlich die moralischen Grundlagen gelegt hat, „The Theory of Moral Sentiments“ (1759), ignorieren die neoliberalen Nachdenker von heute gründlich.

In ihrer Vorstellung vom idealen Markt gibt es keine Moral – also auch keinen Menschen, der in ihrem Sinne nicht-rational agieren würde. Wer heute irgendwo in Deutschland Ökonomie studiert kann ein Lied singen von diesem Schwachsinn, der auch Adam Smith zur Verzweiflung gebracht hätte. Denn der wusste noch, dass es ohne Moral kein menschliches Interagieren geben kann. „Die Wirtschaft“ hat nicht das Primat – sondern der Mensch.

Aber weil das in unserer Gesellschaft kaum noch einem Verantwortlichen klar ist, gerät mittlerweile nicht nur der Mensch unter die Räder und verzweifelt in einer Maschine, in der er noch so sehr strampeln kann und wird doch nicht glücklich. Die ganze Welt geht kaputt. Auch weil wir unser allernatürlichstes Verhältnis zur Natur verloren haben.

Und so arbeitet Vogel auch so langsam den Weg heraus, wie man eventuell Schülern wieder den Weg zu mehr Souveränität all den Zumutungen gegenüber bereiten kann. Was er auch als ein „Bemühen um die Befreiung des Subjekts“ beschreibt. „Mäßigung ist nicht das Gleiche wie Askese. Vielmehr geht es dabei um das Nachdenken und Reflektieren über das eigene Leben und Handeln.“ Und da er bei Platon angesetzt hat, ersetzt er das

von ihm benutzte „sophrosyne“ auch so, wie es übersetzt werden müsste: „besonnene Gelassenheit“.

Aber gelassen ist nur der Mensch, der seine eigenen Bedürfnisse kennt und sich nicht mehr von Anheizern dazu treiben lässt, Dinge zu tun, die er eigentlich nicht will, und Sachen zu kaufen, die er eigentlich nicht braucht. Und der sich damit – im Vergleich zum heutigen Normalzustand – riesige Freiheiten erobert.

Viel freie Zeit, die nicht mehr Last ist, weil sie unbedingt mit „Unterhaltung“ oder „nützliche Arbeit“ gefüllt werden muss, Zeit zum Nachdenken, Zeit für die wichtigsten Menschen, Zeit für Engagement, für bewussten Müßiggang, für bewusstes Erleben einer Welt, die für sich schon ein gewaltiges Geschenk ist, die aber kaum noch einer sieht, weil alle wie gebannt auf ihre Bildschirme starren.

Jeder kann sich selbst befreien

Jeder hat sein eigenes Maß und seine eigenen Bedürfnisse. Danach sucht man in der Regel, wenn man nicht früh schon von all den „must have“ aus der Werbung verblödet und eingefangen wird. Wer sich auf die Suche macht und auch wieder lernt, auf seine Gefühle zu hören, kennt irgendwann sein Maß. Und hat kein Verlustgefühl, wenn er auf Dinge verzichtet, die andere Leute für notwendig halten. In Wirklichkeit braucht der Mensch gar nicht so viel, um glücklich zu sein.

Tatsächlich macht der Verzicht auf all das Zuviel wirklich frei – frei von einer quälenden Last, von unerfüllten (und unerfüllbaren) Wünschen, von Erwartungen, die auch das schickste Teil aus dem Laden nicht befriedigen kann.

Thomas Vogel empfiehlt, dafür wirklich wieder das alte Wort Mäßigung zu verwenden. Auch weil Maß drin steckt: seinem Leben wieder das eigene Maß zu geben.

Aber eigentlich würden sogar Worte wie Freiheit und Souveränität passen. Denn der Mensch, der von seinen immerfort unerfüllten Wünschen abhängig ist, ist nicht frei. Souverän schon gar nicht.

Und bevor ich wieder über das Buch hinauspresche und nachfrage, wie es dann eigentlich mit dem ganzen gierigen Markt und seinen maßlosen Renditejägern weitergehen soll, setze ich einen Punkt.

Denn Vogels wichtigste Botschaft ist ja: Jeder kann für sich einen Großteil seiner Freiheit zurückgewinnen. Einfach, indem er alles von sich schmeißt, was nichts mit seinen wirklichen Wünschen und Bedürfnissen zu tun hat. Das ist echte Freiheit.

Thomas Vogel Mäßigung, oekom Verlag, München 2018, 17 Euro.