

## Vom Mehr-Wert

Na klar: Weniger Konsum schont die Ressourcen. Weniger Autofahren, erst recht weniger Flugreisen: gut für die Umwelt. Auch: weniger Klamotten jede Saison, weniger Südfrüchte und Avocados, weniger Fleisch, weniger Heizung, überhaupt weniger Verschwendung. Wissen wir alles. Grenzen des Wachstums: Wissen wir mindestens seit 40 Jahren. Und wir wissen: „Rauchen schadet Ihrer Gesundheit“. Zu viele Süßigkeiten sind auch ungesund, das gleiche gilt für zu viel Alkohol. Weniger wäre mehr. Wir wissen auch, dass uns weniger Abhängen vor Fernseher und Computer guttun würde, stattdessen mehr Bewegung, undsoweiter undsoweiter.

Das Interessante ist: Wenn wir all das und viel mehr dergleichen schon lange und immer mehr *wissen*, warum *tun* wir dann so wenig? Warum machen wir mit allem weiter wie bisher? Als wäre es ganz gleichgültig für unser *Handeln*, was wir *wissen*?

Oder: Wie kommt eigentlich *Wissen* in *Handeln*?

Auch wenn wir uns viel auf unsere Vernunft einbilden: Das, was unser Verhalten bestimmt, sind allermeistens Gefühle und Gewohnheiten. Zum größten Teil funktionieren wir automatisch, machen die Dinge so, wie wir sie immer gemacht haben, und wie andere sie machen, und wie es sich gut – bequem, angenehm, richtig – anfühlt. Das, was uns antreibt, ist nicht Wissen (etwa über die Grenzen des Wachstums), sondern das Bedürfnis nach Zugehörigkeit (alles so machen wie die anderen), das Bedürfnis nach Selbstwert (vor sich selbst und den anderen gut dastehen), das Bedürfnis nach Orientierung und Kontrolle („Never touch a running system“), und das Bedürfnis nach Lustgewinn und Unlustvermeidung.

Diese Motive können zu so merkwürdigen Verhaltensweisen führen wie: sich zerrissene Jeans zu kaufen, oder sich an allen möglichen und unmöglichen Stellen Haare zu entfernen, oder Steingärten anzulegen, Einfahrten mit Unkrautvernichtungsmittel

zu begießen oder Fugen auszukratzen. Eben: machen, was sich gehört, was Mode ist, was in unserem übernommenen und überkommenen Wertesystem gut und richtig ist.

Jede Person, die schon mal versucht hat, das Rauchen (oder das Schokoladeessen, oder...) aufzugeben aufgrund von *Wissen*, „dass es der Gesundheit schadet“ – kann ein Lied davon singen, welche Aufmerksamkeit und Kraft es braucht, um eingefahrene, angenehme oder auch unangenehme Gewohnheiten zu ändern. Damit man überhaupt eine Chance hat, muss das MEHR, das dem WENIGER gegenübersteht, deutlich fühlbar sein: als *Gewinn* – an Lebensqualität, an Selbstwert, an Zugehörigkeit, an Lust!

Dieses Mehr kann zum Beispiel zustandekommen, wenn andere mitziehen, man sich gegenseitig unterstützt: ein Mehr an Gemeinschaft. Oder dass die Wertmaßstäbe sich ändern: so dass ich mich selbst und wir einander mehr schätzen, wenn wir uns, zum Beispiel, umweltschonend verhalten. Oder dass es Spaß macht, der allgemeinen Überfütterung eine Einfachheit entgegenzusetzen. Dass im Weniger eine Qualität von Wesentlichkeit, von Konzentration, von Verführungs-Verweigerung entsteht, die sich gut *anfühlt*. Auch gegen den Strom, gegen den Sog der Lemminge zu schwimmen, kann ein gutes Gefühl sein (Jesus war diesbezüglich ein Vorreiter).

Auf alle Fälle scheint es mir wichtig, sich bewusst zu sein: predigen, Wissen vermitteln, Vernunftargumente verbreiten, du sollst, du müsstest, wir sollten – all dergleichen hat begrenzte Wirksamkeit. Es ist, wie man so sagt, „nur im Kopf“. Verhalten aber kommt „aus dem Bauch“. Wenn wir etwas ändern wollen, individuell oder kollektiv, müssen wir nach dem gefühlsmäßigen Mehr-Wert, nach der Lust an einer Veränderung, dem Gewinn an Lebensqualität oder Lebensfreude Ausschau halten.

So wie ja auch das *Wissen* (oder der gewisse Glauben), dass wir „von guten Mächten wunderbar geborgen“ sind, erst lebendig wird, wenn wir es fühlen – erfahren – erleben...