

Von man zu Mann

Ein gelungener Seiltanz

Das Team „Ethik und Lebensgestaltung“ hat sich einen gemeinsamen Schwerpunkt gesetzt: Das gute Leben. Der Leiter des Männerbüros macht sich dazu seine Gedanken.

Mein Wunsch zum Jahresbeginn: ein Mehr an gutem Leben. Nicht alle, aber viele von uns leben in relativem Wohlstand, sind materiell abgesichert und ohne Armutsgefährdung. Doch ist das allein schon das gute Leben? Nicht wenige haben viel und sind unglücklich, weil sie noch mehr wollen. Andere haben genug, aber sie sind unzufrieden, weil sie es nicht genießen können oder weil sie gar nicht sehen, dass sie genug hätten.

Das gute Leben ist auf jeden Fall weniger als alles. Wenn alle Versprechungen der Werbung in Erfüllung gingen, wäre es nicht das gute Leben. Man kann es nämlich nicht konsumieren, sondern muss es leben. Und wenn wir in allem das Beste wollen, die höchsten Erwartungen an das Leben und uns selber stellen, werden wir unzufrieden und versäumen mit Sicherheit das gute Leben. Immer nur hinauf blickend übersehen wir die vielen Möglichkeiten am Weg. Wir müssten damit beginnen, die hochgeschraubten Ziele und Erwartungen an das Leben auf ein realistisches und menschliches Maß herunter zu kurbeln.

Das gute Leben ist weniger als alles. Wenn wir versuchen gleichermaßen erfolgreich im Beruf, liebevoller Vater, einfühlsamer Partner und feuriger Liebhaber zu sein, dann werden wir zumindest selber auf der Strecke bleiben. Wenn wir da halbwegs eine Balance finden und dabei auf uns selber achten, ist das Wesentliche schon geleistet. Und vor allem: auch die Balance muss nicht immer perfekt sein. Irgendwie sind wir Seiltänzer, mal neigt sich das Gewicht mehr auf die eine oder andere Seite, mal wackelt das Seil oder es kommt eine Brise auf. Nur herunter fallen sollten wir nicht – alles andere überlassen wir den Perfektionisten. Eine Portion „Mut zum Unperfekten“ gehört gerade für uns Männer unbedingt zum guten Leben.

Das gute Leben ist weniger als alles. Wenn wir uns einmal dazu entschieden haben, können wir ihm auf die Spur kommen. Das gute Leben ist eher von allem etwas, eine gelebte Vielfalt, in der wir uns aber selber spüren, ein Leben, in dem wir selber vorkommen. Das gute Leben ist Arbeit UND Muße, denn letztlich arbeiten wir auch um zu leben und nicht umgekehrt. Das gute Leben hat nicht nur mit Leisten zu tun, man muss es auch nehmen können, loslassen dürfen, zufrieden sein und genießen mit dem Blick auf die Spatzen in unserer Hand.

Dazu müssen wir jedoch im Einklang mit uns selber sein. Das können wir wahrscheinlich nur, wenn wir auch guten Gewissens sind. Es kann das gute Leben nicht nur für uns alleine geben und nicht einfach auf Kosten anderer. Weniger als alles ist im Leben auch wesentlich nachhaltiger und fairer. Zum guten Leben gehört aber ebenso, dass wir keine Heilige sein müssen. Wir dürfen der Vergebung bedürftig sein.

Für das gute Leben gibt es kein Rezept, aber wir können ihm auf die Schliche kommen und seine Spuren im Alltag entdecken. Ein Tipp dazu: Es gibt zwei alte Binsenweisheiten des Lebens, die wir allzu oft vergessen. 1. Man kann nicht alles haben und 2. Man muss wissen was man will!

Von Markus Hofer