

Anja Keddig-Voll

Das andere Leben

Gedanken über
Entschleunigung,
Selbstfindung und
Unabhängigkeit

Inhaltsverzeichnis

Der Anfang

Das Ziel

Zum Vergnügen

Achtsamkeit

Zeitmanagement

„Eine Stunde Stille jeden Tag“

Und wenn man keinen Urlaub bräuchte?

Eigene Zeit

Feierabend

Projekt „Sonntagsruhe“

Einige Gedanken über den Mut

Bloß keine Umstände machen

Bitte ausprobieren: Flanieren

Warum ich keinen Fernseher habe

Ein Leben im Gleichgewicht - Schalten Sie die
Nachrichten aus

Aber ich will doch gar kein Handy!

Spielerischer Minimalismus

Endlich vegetarisch

Du sollst nicht töten!

Der Schluss

Literaturverzeichnis

Der Anfang

Vor einer Weile habe ich damit begonnen, zu den verschiedensten Themen meine Meinung aufzuschreiben. Einfach weil mir bewusst geworden ist, dass ich anscheinend oftmals anders ticke, als es der Zeitgeist vorsieht. Schwimme ich denn so oft gegen den Strom? Die Themen sind mir entweder gesprächsweise in der Auseinandersetzung mit anderen wieder einmal vor Augen gekommen. Oder weil ich meine Haltung zu irgendetwas für mich selber klären musste. Darüber schreibend kann ich am besten nachdenken. Zum Beispiel darüber, wo mein eigener Weg entlang geht, und von welchen Leuten und Meinungen und Zuständen ich mich abgrenzen will und muss.

Doch irgendwann habe ich wieder aufgehört, über diese Dinge zu schreiben, weil ich dachte: „Das erwähnt man zwar mal im Gespräch, aber wer will denn ausführlich darüber lesen?“

Dann habe ich eine Doppelbiografie der Gebrüder Humboldt gelesen, und mir ist etwas Überraschendes aufgefallen: Die beiden waren ja hochgebildete Menschen. Universalgelehrte und Forscher mit immensem Einfluss auf Wissenschaft, Politik und Gesellschaft. Über was alles die nachgedacht, geschrieben und mit anderen großen Geistern wie Goethe und Schiller diskutiert und sich ausgetauscht haben! ... Aber im Grunde ging es ihnen bei ihrem Philosophieren um dasselbe wie mir! Auch sie haben versucht, sich ihre ganz eigene Meinung über ihre Zeit, die Welt und die Dinge in ihr zu bilden. Sie haben alles ständig voller Neugier und kritisch

genau beobachtet. Haben versucht, hinter die äußeren Erscheinungen zu gucken, um anscheinend Selbstverständliches und die Ansichten ihrer Zeitgenossen in Frage zu stellen. Es geht doch immer und bei allem, was einem begegnet, darum, ob es einfach nur das ist, „was es ist“; also ob es tatsächlich nur das ist, was jeder sieht und weiß und davon hält. Oder ob man die Fakten vielleicht auch ganz anders lesen könnte. Ob die Dinge vielleicht auch ganz anders sein könnten. Ob man auf andere Art darüber denken, darauf reagieren und mit ihnen umgehen könnte.

Es ist also doch nicht müßig, wenn ich mir meine individuelle Meinung bilde und diese einfach mal aufschreibe. Natürlich kann ich sie nicht in regem Austausch mit Leuten wie Goethe und Schiller durchdiskutieren und ausarbeiten. Aber vielleicht finde ich ja auch in meiner heutigen Zeit Menschen, die an den Themen und an einem Dialog darüber interessiert sind? Und vielleicht ist an der buddhistischen Überzeugung etwas dran, dass schon ein einzelner Mensch, der sich dreht, damit ein klein wenig die Welt verändern kann.

Ja, vielleicht sollte ich es wirklich so sehen: Ich für mich bin dabei, mein Leben neu zu sortieren. Es vom Kopf auf die Beine zu stellen und endlich genau so zu leben, wie es meinen Überzeugungen entspricht. Dabei muss ich natürlich sehr sorgfältig vorgehen. Stück für Stück um- und aufbauen. Prüfen, ob es richtig war. Also hinterfragen, ob es tatsächlich das getroffen hat, was ich beabsichtigt hatte. Notfalls wieder einen Schritt zurückgehen und noch einmal eine andere Methode suchen und ausprobieren. Oft tauchen auch ganz unerwartet neue Themen und Aspekte auf, zu denen ich mich erst einmal stellen muss. Aber das Schöne ist, dass dann am Ende wirklich mein ganz eigenes, selbstgewähltes und erarbeitetes Leben dabei herauskommen könnte. So wie ich es prinzipiell oder wenigstens für mich selbst richtig

finde. Ethisch sauber, sozusagen, da ohne Widersprüche zwischen Überzeugung und Lebenspraxis. Das wird ein bisschen so etwas wie ein Kunstwerk, wenn es klappt. Ein lohnendes Ziel und Bemühen ist es allemal. Und vielleicht strahlt es ja sogar aus meiner kleinen ökologischen Nische auf irgendetwas aus?

Im Herbst 2010

Das Ziel

„Programme politischer Art sind wichtige Endprodukte sozialer Qualität, die nur wirksam sein können, wenn die zugrundeliegende Struktur sozialer Werte richtig ist. Die sozialen Werte sind nur richtig, wenn die individuellen Werte stimmen. Der Ort für die Verbesserung der Welt ist zunächst einmal das eigene Herz, der eigene Kopf und die eigenen Hände, und von da aus kann man sich nach außen vorarbeiten.“¹

Stimmt, eigentlich geht es in „Das andere Leben“ um Politik. Um Gesellschaftspolitik und eine Kritik an unserer Gesellschaft, wie sie hier und jetzt aussieht. Ich finde nun einmal, dass das Recht des Stärkeren, die Allgegenwart kapitalistischer Prinzipien, die Menschenverachtung der Leistungsgesellschaft und auch die Bereitwilligkeit, mit der die große Masse der Einzelnen diesen Normen hinterherläuft, kaum zu ertragen sind. Es herrscht ein Zeitgeist, der die Menschen kaputt macht, der sie nicht zur Besinnung kommen lässt und der sie damit vom Bemühen um ein gelingendes, sinnerfülltes Leben abbringt. Aber was kann man tun? Es gibt in meinen Augen zur Zeit keine politischen Gruppierungen, die wohlüberlegt außerhalb des Mainstream agieren würden. Winzlingsparteien mit Partialinteressen wie die Tierschützer allenfalls. Aber die neue Linke ist einfach nur dagegen, worum auch immer es gehen mag. Sie haben keine eigene inhaltliche Substanz. Alle anderen Parteien widmen sich lediglich voller Hingabe dem einen Programmpunkt: wiedergewählt zu werden. Darum vermeiden sie echte eigene Meinungen, Ziele und