

- In der Arena der Selbstoptimierung - Einen Picknickkorb bitte

Es ist eine etwas andere Weise zu schreiben, über den Selbstoptimierungsdruck dieser Zeit. Fließend mischen sich Gedanken, Fragen und Bildwelten. Es ist hervorgegangen aus intensiver Arbeits- und Gesellschaftserfahrung und insbesondere aus dem weiblichen Blick einer Älteren. Die sich wundert, wie und was derart rasant geschieht rund um die Welt, das die Herzen bedrohlich leicht abzuhängen vermag.

★

Ehrlich - wofür Selbstoptimierung auf allen Ebenen? Sachlich, technisch, kryptisch, esoterisch, usw. Als wären wir per se wandelnde Mängelwesen die, kaum der Religion mit der Erbsünde entronnen, nun paralysiert sind an Introspektion von: Nährstoffmangelpaletten, spiritueller Unterentwicklung, als Krypto-Neandertaler und KI-Lehrlinge auf ewig? Und dies ist nur ein Ausschnitt in der Arena der Welt.

„Das Optimum“

Es ist das Mindeste, was herausgeholt werden will. In einer Arena. Schnell - entschieden - informiert - trainiert - kalkuliert - siegend. Es benötigt beinahe extra Sauerstoffzufuhr, um dieses Tempo durchhalten zu können.

Ich sehe die Bilder vor mir, damals - die volle Arena in Verona, durch die Aida schmetterte unter dem Abendhimmel. Inmitten eines Publikums, das mit prallen Picknickkörben sich auszustatten wusste. Das mit Jubelrufen sich beteiligte. Was für ein sinnliches Fest. Das Essen auspacken, der Musikpracht lauschen, den Abendhimmel traumhaft finden und sich gemeinsam des wundersamen Menschenlebens erfreuen. Welch Schönheit. Wir kommen eh nicht mehr hinterher, was wir alles können sollten. Oder entwickeln uns zu Dauersprintern und Daueralarmierten. Was das Herz dazu sagen würde? Manch Herzkatheter wäre wohl überflüssig.

„Habachtstellung“ versus „Heiliger Gral“

Da sitzen wir also, auf der Bank der Arena dieser Zeit, ohne Picknick und ohne sich dem Zauber ergeben zu können, vor lauter „Habachtstellung“.

Die Gedanken umherstrolchen lassen an „Nicht wissen wollen“, nur sich einlassen - ob an ein Lied, an Stille, an sanfte Augen... kommt eher einem Ausnahmezustand gleich. Oder wir nehmen es als eine Art Pilgerreise, mit unbekanntem Ausgang.

Haben wir irgendwo in uns vielleicht so eine Art „Heiligen Gral“, zu dem wir pilgern könnten? Oder besitze ich das schlichtweg nicht - und du auch nicht? Diese tiefe Verbundenheit, aus der ich weiß... aber dafür wissen wenige andere alles? Gibt es wirklich nur einzelne, sehende und anscheinend tief verbundene Menschen in einem Jahrhundert, die wir niemals erreichen? Wir es nicht wagen dürfen zu sein, wegen verdächtiger Selbstüberhöhung? Fällt das auch wieder in die Rubrik Selbstoptimierung? Am besten setze ich mich um, in den hintersten Winkel der Arena, oder gleich außerhalb davon und lasse mich schweifen.

„Das Selbst optimieren?“

Es kann so nicht sein. Alle sind als beseelte Menschenwesen geboren. Sich als ein Teil der Schöpfung wahrzunehmen ist ein Geburtszustand. Da gibt es nichts zu optimieren am Selbst. Da gibt es sich von Einigem zu entledigen, aus dem Hirn und den Emotionen. Und dann sitzen wir da, etwas zerfleddert vorerst. Und später dann staunend, vor der wundersamen Arena des Universums. In uns drin. Dieser aufrichtigen, schlichten Herzensgröße. In welcher erstmal nichts mehr los ist. Nur wundersame Stille, die einen zu Tränen rühren kann. Mitten im Frühstück. Und dann wissen wir, was zu tun ist, miteinander auf dieser wundersamen Erde.

„Innere Olympiaden“

Aber, es heißt, sich sportlich zu halten, für das Tempo an Anforderungen, verknüpft mit unzähligen Vorhersagen, Angeboten, Vorgaben, Darstellungen, brandgefährlichen Politikspielen. Da soll die stille Verbundenheit noch Platz finden? Die muss recht schlau sein, Wege zu finden, damit wir sie beachten, spüren und auch noch zu leben wagen. Die heutige dramaturgische Feder, aus der das Spiel der Arena entfloss, scheint mir das Konzept eines Epos zu sein, mit vielen Verwirrten, neben einzelnen Heldinnen und Helden.

„Die Älteren“

Sinnierend meinen Blick schweifen lassend in der Arena, bleibt er an einer Stelle hängen. Immer wieder. Dort wo sich Ältere niedergelassen haben. Und irgendwann, da ich ja selbst langsam dazu gehöre, geselle ich mich zu ihnen. Da sitze ich dann regelrecht fest. In ihren Augen, Worten, Stille, Besorgnis, Lächeln...

Ein besonderer Schatz tut sich mir auf, den die Älteren in sich tragen. Sie haben ein auf die Körpersinne bezogenes Erleben, ein direkt wahrgenommenes Erleben in den Zellen abgespeichert. Virtuelles bestand ausschließlich in Träumen, gegenseitigem Geschichtenerzählen und Bildern, die beim Lesen eines Buches Gestalt annahmen. Das andere war pure Wahrnehmung, die weder durch Technik noch Medienflut oder durch KI irritiert und gelenkt wurde.

Nochmals: Unser Körper mit seinen Wahrnehmungsebenen, seinen physiologischen Abläufen mit kluger Gestaltungskraft, seinen Gefühlen und Herzensbedürfnissen sind, wie sie vor Jahrtausenden schon waren. Wir haben nur ein abstrakt schlaues Köpfchen, das den Rest des Körpers an Brot & Spiele, Algorithmen und Technikideen abhängt.

„Welche Gegenüber sind da?“

Im Marketing und auf Websites wird mir dann auch noch kundgetan, wie lange die Lesezeit sei und wie ich einen Text aufzubereiten hätte. Der lesende Mensch habe weder Zeit noch Interesse, sich durch Sprache, geschweige Inhaltsschätze zu pflügen. Unnötiger Aufwand sei es. Äcker der heutigen Zeit warten nicht auf pflügen, säen, wachsen, reifen, Samen hervorbringen. Da müsse schneller geliefert werden.

Und da kommt der verführerische Bauchladenverkäufer daher, in der Arena, mit ChatGPT im Angebot. Es braucht eine Weile bis eingesickert ist, was das bedeutet.

Und mein Fazit: Schrumpfung des kreativen, potenten, großartigen Menscheninnenlebens

durch ‚outsourcing‘ der eigenen Schaffenskraft. Ja der Wahrnehmung des wachen Herzens. Die ‚source‘, die eigene Quelle abgeben an Rechenzentren? Da bleibt nicht mehr viel übrig von mir als originellem Schöpfungswesen.

Und was für Gegenüber habe ich dann? Die nichts mehr erforschend durchdringen, um etwas zu erkennen, zu erfassen, innerlich zu reifen? Sich als herzenswarm dienenden Teil der Schöpfung zu bewegen und zu antworten? Was für Gegenüber habe ich in 10 Jahren?

‚Berühren‘

Wenn ich es nicht schon wäre, könnte ich spirituell werden und über die Aufgabe des Menschseins in der Schöpfung ernsthaft ins Grübeln kommen.

Berühren und berührt werden? Demut und Langsamkeit? In Beziehung treten zu einem Gegenüber? Ja ist da überhaupt eines? Oder KI oder Roboter oder was ist da? Auf der anderen Seite? Ein Anklicken entfernt - und vor allem ein Wegklicken entfernt?

Von Lieben, Lauschen und nicht kalkulierender Emsigkeit an Herzensimpulsen im Austausch, ist die Muse nicht mehr verschwenderisch dabei.

‚Die alten Leute vom alten Dorf‘

Unsere Mutter kommt mir in den Sinn. Über 92 Jahre ist sie, selbständig und hellwach dabei in diesem Jahrtausend.

Sie zitiert immer wieder Menschen, die sie ‚Originale‘ nannten. Echte Käuze, die nicht immer gemocht und doch bewundert wurden. Ein ‚einfacher‘ Mann unseres Dorfes, aus der Generation 2. Weltkrieg, ließ immer mal wieder lauthals Sätze über den Biertisch fegen, die zuvor etwas mit Alkohol getränkt waren. Die hatten es in sich, erzählte sie. Einer davon schaffte es sogar in die Dorfchronik, der da hieß: „Auf die Bäume ihr Affen und werdet wieder Menschen!“

Eleganter ausgedrückt meinte er wohl dies:

„Der Mensch des 21. Jahrhunderts wird ein Mystiker sein oder er wird gar nicht mehr sein“ (Karl Rahner / Ayya Khema)

‚Der Zauber am Rande der Gesellschaft‘

Manche dieser ‚Originale‘ schafften es 100 Jahre später noch zitiert zu werden. Neben Goethe, Rilke oder Galilei schafften sie es. Diese natürlichen Wahrheiten und Weisheiten von sogenannten einfachen Leuten. Die von Eigensinn und unvergleichlichem Charakter zeugen. Selbstoptimierung war ein Wort, das erst noch erfunden werden musste.

Wir pilgern in Konzerte und Museen und genießen den Forscherdrang oder Kunstdrang von denen, die sich meist am Rande der Gesellschaft bewegten. Vielleicht gab das die Freiheit und Muße für ihre eigenwillige Schaffenskraft? Ungestört dem Innersten folgen zu können? So wie im hinteren Winkel der Arena oder besser noch außerhalb von ihr? Scheint mir so.

‚In feiner Runde‘

Zum Abschluss lasse ich noch Menschen zu Wort kommen, die mir lange schon am Herzen liegen und die ich gerne angetroffen hätte, hinter der Arena dieser Weltzeit.

Aber zuvor packe ich meinen, schon in die Jahre gekommenen, Picknickkorb und mache mich auf ans Meer. Freunde treffen. Den pustenden Schweinswal, den flinken Zaunkönig am Ufer, die jubelnden Feldlerchen. Ob die Robbendame wieder da ist, bleibt offen. Sie ist schon in die Jahre gekommen.

*

*„Bei der Erfahrung des anderen in der Seele stören eingefahrene
Denk - u. Verhaltensweisen. Es ist zu lernen wie man nicht versteht.
Statt Verstehenszwang ist innere Ruhe und offene Wahrnehmung einzuüben...“
(Teresa v. Avila, 1515-1582)*

*„The realization that every act, every word, every thought of ours not only influences our
environment but for some mysterious reason forms an integral and important part of the
Universe...How precious life would become in its integral oneness...“
(Irina Tweedie, 1907-1999)*

*„Ich stehe hier unter Ihnen als jemand, der eine kleine Botschaft der Hoffnung zu
vermitteln hat – der Hoffnung darauf, dass es immer Menschen geben wird, die es wagen,
am Rande der Gesellschaft zu suchen, die nicht von sozialer Akzeptanz und sozialer
Routine abhängig sind und die es vorziehen, eine Art freischwebender Existenz
unter Risikobedingungen zu führen...“
(Thomas Merton, 1925-1968)*