

«Das Ruder in die Hand nehmen und Gutes bewirken»

Wir können die Welt aktiv gestalten, sagt der Philosoph Yves Bossart. Sein erster Ratschlag für Zuversicht: raus aus dem Ohnmachtsgefühl.

Interview: Jasmine Helbling und Daniel Benz Foto: Andrea Zahler
Illustrationen: Anne Seeger und Andrea Klaiber

Klimawandel, Katastrophen, Krieg: Es macht gerade wenig Lust, in die Zukunft zu blicken. Warum ist die Welt aus Ihrer Sicht trotzdem gut?

Ich glaube an die Gestaltbarkeit der Welt. An Veränderung, Innovation – und an die Menschen. Es gibt kein anderes Wesen, das sich so stark wandeln kann. Wir müssen uns bewusst machen: Wir sind es, die die Entwicklung steuern, nicht die Digitalisierung oder die Migration. Wir müssen das Ruder in die Hand nehmen und Gutes bewirken.

Ist das nicht schön für berisch? Wir machen doch auch viel kaputt.

Das stimmt. Schuld sind nicht nur gewisse Machthaber, sondern auch die Menschen als Masse. Nehmen wir den nachhaltigen Lebensstil: Wir wissen genau, was wir tun müssten, und trotzdem krempeln die wenigsten ihr Leben um. Sie fühlen sich ohnmächtig.

Können Einzelne überhaupt etwas bewirken?

Natürlich! Trotzdem ist es nicht fair, wenn die ganze Verantwortung auf Einzelne abgeschoben wird. Gesellschaft und Politik müssen einen Weg finden, mit unserer Irrationalität und Bequemlichkeit umzugehen. Essen wir zu viel Fleisch? Dann helfen richtig gute Alternativen mehr als Verbote. Aber es reicht nicht, nur Lösungen zu präsentieren. Neue Verhaltensweisen müssen trainiert werden, immer und immer wieder.

Das klingt anstrengend.

Ist es auch. Aber alternativlos, wenn wir nicht in eine ungesunde Negativspirale hineingeraten wollen.

Stecken wir da nicht längst drin?

Zurzeit schon ein bisschen. Weil es menschlich ist, eher die Probleme als die Lösungen zu sehen. Man

bezeichnet das auch als Negativity-Bias: Negative Gedanken und Erlebnisse wirken sich stärker auf unsere Psyche aus als positive. Evolutionsbiologisch ergibt das Sinn: Wenn es im Busch raschelt, bereiten wir uns auf Gefahren vor – ein wildes Tier könnte uns angreifen. Alarmbereitschaft darf aber kein Dauerzustand sein. Wer täglich nur Konflikte sieht, hält die Welt irgendwann für einen schlechten Ort.

Es gibt ja auch Leute, die genau deswegen keine Medien konsumieren. Ist das gesund oder naiv?
Die Dosis macht das Gift. Information und Meinungsbildung sind wichtig – gerade in einer Demokratie. Doch die psychische Gesundheit geht vor. Ich erlebe das auch bei mir: Wenn es mir zu viel wird, lege ich das Handy weg. Dann mache ich Sport oder verbringe Zeit mit meinen Kindern, um wieder Kraft zu tanken. Ich verstehe Leute, die all die Negativmeldungen in den Medien kaum noch aushalten.

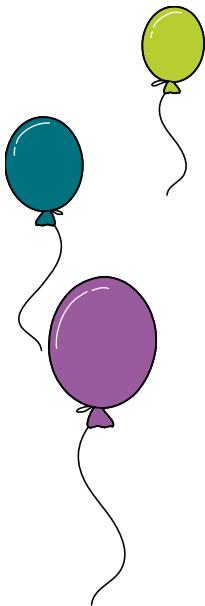
Medien können Kriege und Krisen nicht ignorieren. Stimmt, sie müssen relevant sein und die Welt abbilden, wie sie nun einmal ist. Daneben braucht es aber konstruktiven Journalismus: Vorbilder zeigen, die Probleme anpacken – und Geschichten schreiben, die Mut machen. Wir brauchen Hoffnungsträger.

Das Prinzip Hoffnung: Brauchen wir das?
Hoffnung setzt voraus, den Schwierigkeiten ins Auge zu sehen. Und nur so ist ein Umdenken tatsächlich möglich. Überspitzt gesagt: Zuerst muss die Lage hoffnungslos sein, damit etwas Neues kommt.

Wo liegt der Unterschied zum Optimismus?
Optimismus ist ein Trost, aber auch eine Maske, die das Negative überdeckt. Er steht im Verdacht, dass



«Heute engagieren sich junge Leute für eine gerechtere Welt. Das ist doch grossartig!»



da jemand nicht richtig nachgedacht hat. Nicht umsonst gibt es diesen Spruch: Ein Pessimist ist ein Optimist, der nachdenkt. Hoffnung ist radikaler, etwas Grösseres, weil sie auch viel mit Demut zu tun hat.

Auf unserem Streifzug durch die Luzerner Neustadt wollten wir herausfinden, was die «ganz gewöhnlichen» Leute beschäftigt. Dabei stellte sich heraus: Sie haben zwar alle kleinere Sorgen, schauen aber dennoch zuversichtlich in die Welt. Eine Überraschung für Sie?

Das ist halt Luzern! (Lacht) Im Sommer hat eine SRG-Umfrage gezeigt, dass 82 Prozent der Schweizer Bevölkerung mittel bis voll zufrieden mit ihrem Leben sind. Das hat mich schon überrascht.

In der Schweiz geht es uns im Vergleich zu anderen Ländern gut. Müssen wir uns zwingend mit den Sorgen anderer beschäftigen?

Die Gleichzeitigkeit der Dinge ist eine grosse Herausforderung. Auch wenn Krieg herrscht, darf man sich über die Geburt eines Enkels freuen. Unser Wohlstand verpflichtet aber, das lässt sich moralphilosophisch klarsagen: Wer viel hat, sollte einen Teil abgeben. Helfen, solidarisch sein, sich engagieren. Wo auch immer.

Auffallend viele Gesprächspartner haben uns gesagt, die Jungen würden es schon richten.

Schieben sie damit einfach die Verantwortung ab?

Kopf in den Sand, jemand anderer soll die Welt besser machen – das wäre die Vogel-Strauss-Taktik. Ich werfe aber niemandem vor, die Probleme einfach abschieben zu wollen. Für mich sind solche Aussagen in erster Linie positiv: Das Vertrauen in die Jugend ist gross. In den 1970ern hätte man gesagt: «Diese Teenies mit den langen Haaren, die kann man spülen.» Heute engagieren sich junge Leute und kämpfen für eine gerechtere Welt. Das ist doch grossartig!

Manche möchten gar keine Kinder mehr in diese Welt setzen.

Weil sie so schrecklich oder nicht zumutbar ist? Das wäre ein arges Katastrophenszenario. Ich habe mir solche Gedanken nie gemacht, bevor ich Vater geworden bin. Dafür gibt es zu viele schöne Momente mit Kindern – und Dinge, die man ihnen mitgeben kann.

Wir haben in Luzern Zehnjährige nach ihren Wünschen gefragt. Sie sagten: Weltfrieden, weniger Umweltverschmutzung, mehr Tierschutz. Das ist erstaunlich, nicht wahr? Meine Kinder sind vier und sieben, die bekommen viele aktuelle Themen mit und interessieren sich dafür. Es hängt natürlich stark davon ab, worüber die Eltern und das Umfeld sprechen. Was die Kinder im Fernsehen schauen, im Radio hören, welche Magazine sie lesen. Oft fliesst

weltpolitisches Geschehen auch in den Schulunterricht ein, das finde ich gut.

Man mutet den Kindern aber auch viel zu. Zu viel?

Die Kinder- und Jugendpsychiatrien sind voll, das stimmt. Das hat aber unterschiedliche Gründe: Leistungsdruck, Social Media, das ständige Vergleichen. Katastrophenszenarien helfen da sicher auch nicht. Denn Kinder müssen zuerst lernen, dass das Leben nach einer Krise weitergeht. Ältere wissen: Die Welt ist schon einige Male untergegangen. (Lacht) Sie können relativieren und einordnen.

Und sagen oft, früher sei alles besser gewesen.

Da würde ich dann widersprechen. Wir haben heute so viele Freiheiten! Bei der Gleichstellung sind wir meilenweit vorangekommen, in Bezug auf Diskriminierung sensibler geworden. Das Internet ermöglicht weltweit Zugang zu Infos. Das sind lauter Fortschritte. Das muss man auch sehen – und sehen wollen.

Der technologische Fortschritt macht vielen Angst.

Das ist verständlich. Besonders die künstliche Intelligenz verändert unser Leben grundlegend. Jobs drohen wegzufallen, Fake News haben es leichter. Wichtig ist: KI ist kein Naturereignis, das über uns kommt. Menschen haben auch da die Handlungsmacht und entscheiden, was sie tun wollen. Noch einmal: Wir dürfen nicht in der Ohnmacht verharren, schon gar nicht in Zeiten von Krisen.

Wie befreit man sich aus der Machtlosigkeit?

Indem man handelt. Der Extrembergsteiger Reinhold Messner sagte mal, am Berg empfinde er nie Angst, nur zu Hause. Wer handelt, gewinnt Kontrolle. Daher sollten wir uns engagieren und solidarisieren.

Wo damit beginnen?

Wo es Sinn ergibt. Es gibt eine stoische Weisheit: Wir sollten uns auf Dinge konzentrieren, die wir beeinflussen können. Gegen einen Krieg können wir wenig ausrichten, dafür aber spenden oder uns politisch einbringen. Hunger oder Malaria werden wir nicht besiegen, dafür können wir einen Verwandten pflegen, der Nachbarin helfen, nachhaltig einkaufen. Und wir sollten uns selbst was Gutes tun: Kleine Glücksmomente machen die Welt zu einem besseren Ort.

Welches sind Ihre?

Wenn es mir nicht gut geht, mache ich Sport oder Entspannungsübungen. Ich höre Musik und tanze, nehme ein Bad, suche die Nähe zu Menschen. Oder ich konsumiere Humor und lache. Ganz nach dem Motto: Die Lage ist hoffnungslos, aber nicht ernst.

Hilft es manchmal, nicht zu viel an die Zukunft zu denken?

Ja. Aber das ist gar nicht so einfach. Der Mensch ist das einzige Tier, das so stark in die Zukunft planen kann – zum Teil bis zum eigenen Tod. Was wollen wir bis dahin erreicht haben? Wann sind wir zufrieden? Ziele spornen uns an – sie führen aber auch dazu, dass wir das Jetzt verpassen, den einzigen wirklichen Moment im Leben. ■

Zur Person

Yves Bossart, 40, ist Philosoph, Autor und Moderator. In der SRF-Talkshow «Sternstunde Philosophie» spricht er mit seinen Gästen über philosophische und gesellschaftliche Fragen. Der gebürtige Luzerner lebt mit seiner Frau und zwei Töchtern in der Stadt Zürich.