

Welche Richtung zeigt der innere Kompass an?

Ein Angebot für Suchende: in Hamburg lädt der philosophische Salon zum Raisonnement über das Leben

Der 44-jährige promovierte Philosoph Robert André versteht sich nicht als Therapeut, sondern als Berater. Seit einem Jahr bietet er in Hamburg Gesprächsrunden an – für Leute, die mit beiden Füßen im Leben stehen, aber noch einen Schritt weitergehen möchten.

Von Stefanie Zenke

Sie hocken im Halbkreis im Sand. Auf Holzstühlen und schicken weißen Sofas. Dunkel gekleidete junge Frauen reichen Tee, eine Schweizer Mischung namens Heidis Chance mit einem Schuss original Röteli-Likör. Das Publikum, etwa vierzig Frauen und Männer, lässt es sich schmecken, darunter eine grauhaarige Dame im Pelzmantel, einige Mittvierziger in Bürokleidung, Rentner und Studenten. Alle blicken sie konzentriert in eine Richtung, zu Robert André. Der promovierte Philosoph steht vor ihnen, im braunen Anzug, mit weißem Hemd, leger ohne Krawatte. Mit angenehmer Stimme moderiert er das Thema des Abends: „Das Gesetz des Zufalls oder Was lenkt das Leben ohne Plan.“

Es ist keine Talkshow, und es ist auch kein Quizabend, den Robert André hier veranstaltet. Der 44-Jährige hat zum philosophischen Salon geladen, gemeinsam mit Esin Rager, der Geschäftsführerin der Samova Tee-lounge im Hamburger Hafen unweit des Fischmarktes. Einmal im Monat räumt Esin Rager eine Ecke auf ihrer mehr als 400 Quadratmeter großen Ladenfläche um. Auch der ungewöhnliche Bodenbelag, der Sand, darf liegen bleiben.

Wo sich tagsüber Menschen zum Teetrinken treffen, darf abends während eines Salons unter professioneller Anleitung philosophiert werden. Da geht es um den überforderten Menschen, um den Preis der Ehrlichkeit oder um das Leben, das Luxus ist. „Wir laden ein zum Zuhören, Nachdenken und Debattieren“, sagt Rager. Der erste Salon fand im Januar 2007 statt. Seither kommen regelmäßig rund vierzig Teilnehmer zusammen, unter ihnen auch einige Stammgäste.

Mit dem Thema „Das Gesetz des Zufalls“, das wird schnell klar, haben die Teilnehmer bereits ihre Erfahrungen gemacht. Eine Frau berichtet von einer Krankheit, die sie nur überleben konnte, weil sie sich gut zurechtete, es habe sie nur zufällig getroffen. „Wenn ich geglaubt hätte, die Krankheit hätte mich sozusagen ausgesucht, und ein tieferer Sinn stünde dahinter – das hätte mich fertig gemacht.“ Nichts ist ohne Bestimmung, dies glaubt hingegen eine andere Frau: „Wenn ich nur zufällig auf der Welt bin, wo ist dann der Sinn in meinem Leben, hat es einen Wert?“ Ein Mann sieht es eher nüchtern: Ein bestimmtes Ereignis sei einfach da, ob man es Zufall nenne oder nicht. „Damit muss ich umgehen.“

Niemand soll mit Theorie erschlagen werden

André lässt in die Diskussion einige Zitate und Texte von bekannten Philosophen wie de Spinoza, Leibniz und Benjamin einfließen. Er wirft Fragen auf, er moderiert. Hier gibt es kein richtig oder falsch, die Vielfalt und Beweglichkeit der Philosophie kommt zum Tragen. In unaufdringlicher Art hilft André den Teilnehmern dabei, Kriterien sichtbar zu machen. Alltägliche Erlebnisse werden auf der Grundlage philosophischer Fragestellungen reflektiert. Ab und zu wird es im Salon auch sehr abstrakt. Ein älterer Herr winkt ab und murmelt vor sich hin: „Das ist mir jetzt zu hoch, da kann ich nichts mit anfangen.“ Es dauert nur wenige Minuten, bis er wieder mittendrin in der Diskussion ist. André serviert das Thema in Häppchen – so, dass jeder wieder den Anschluss an das Gespräch finden kann. „Man kann die Leute auch mit Theorien erschlagen“, sagt er.

Am Tag danach, Bartelstraße, im Hamburger Schanzenviertel: Robert André sitzt in seinem Büro. Hier ist sein eigentlicher Arbeitsplatz. Hier bietet er Sprechstunden an. Der Raum hat Atmosphäre. Die Fenster rei-



Lernen, die eigene Seele aus unterschiedlichen Blickwinkeln zu betrachten: Robert André leistet gestikulierend Hilfestellung im philosophischen Salon. Fotos Zenke

Philosophische Praxen und ihre Angebote

Eine Übersicht über Einrichtungen im gesamten Bundesgebiet, die philosophische Beratung und Gesprächszirkel anbieten, findet sich unter dem Link www.philosophischepraxis.de im Internet. Das Angebot der einzelnen Praxen mag sich unterscheiden, ihr Ziel ist das gleiche: die Auseinanderset-

zung mit der persönlichen Lebensphilosophie des Klienten. Er soll in individuellen Lebensfragen beraten werden. Dabei nimmt die philosophische Beratung nicht für sich in Anspruch, in psychotherapeutisch auslotbare Tiefen vorzudringen. Vielmehr sei sie der Versuch, heißt es auf der Homepage, „gemeinsam Lebenskunst zu praktizieren“. Die philosophische Beratung verstehe sich als „Reflexion und Modifikation des Selbst- und Weltbezugs des Klienten“. zen

chen bis zum Boden, der Parkettboden ist dunkel gehalten, die Sitzkissen der Stühle leuchten rot, vor einer Wand steht ein schwarzes Sofa. Auf einem hübschen Holzschrank liegt ein Stapel Prospekte: „Philosophische Praxis Hamburg“ steht darauf. Die Menschen, die in sein Büro kommen, erzählt André, sind meist Suchende. Sie sind gesund, intelligent, beruflich erfolgreich. Ihnen fehlt freilich eines: die Orientierung.

André, der sich in seiner Doktorarbeit Paul Celan, Friedrich Hölderlin und Martin Heidegger widmete, will seinen Kunden dabei helfen, sich Klarheit zu verschaffen. Wer sich über seine Lebensplanung Gedanken mache oder das Gefühl habe, dass im Alltag etwas nicht stimmt, dem könne mit Hilfe philosophischer Fragestellungen ein Perspektivenwechsel gelingen. „Die Menschen stehen im Leben und wollen einen Schritt weitergehen“, erklärt André, der seine Karriere an der Universität zugunsten seiner Selbstständigkeit vor vier Jahren aufgegeben hat.

Wer alles erreicht habe, sagt der Philosoph, komme zu ihm

Der Philosoph gibt allerdings keine konkreten Ratschläge. Er will die Menschen dabei unterstützen, ihre eigene Urteilskraft zu stärken, er klärt Werte und Prioritäten ab. Eine Frau suchte André beispielsweise auf, weil sie das Gefühl hatte, immer die falsche Entscheidung zu treffen. Eine andere fühlte sich in ihrem Beruf unterfordert und hatte den Wunsch, sich mit ihm über Texte verschiedener Philosophen zu unterhalten. Ein Mann wollte immer von einem Ausgangspunkt A zu Punkt B kommen. „Es hat einige Gespräche gedauert, bis sich herausstellte, dass es gar keinen Punkt B gibt“, sagt André. Eine Stunde Gespräch kostet bei ihm je nach Vereinbarung etwa achtzig Euro.

Wer die berufliche Karriereleiter erklimmen möchte und Rat sucht, ist bei dem Philosophen an der falschen Adresse: „Wer im Beruf etwas erreichen will, der geht zum Coach, wer alles erreicht hat, der kommt zu mir“, sagt André, der auch Workshops für Banken und Versicherungen anbietet. Ihm geht es beim Philosophieren um Erkenntnis und Reflexion: Was ist richtig? Was ist wichtig? Was mache ich? Welche Werte gelten noch? Hat jemand Klarheit gewonnen, fließen ab und zu auch Tränen. „Da geht es manchmal ganz schön um die Wurst“, sagt der 44-Jährige. Ein Therapeut, betont Robert André zugleich, sei er jedoch nicht.

Philosophische Lebensberatung als Alternative zur Psychotherapie? In vielen deutschen Städten haben sich philosophische Praxen etabliert. 1981 eröffnete Gerd Achenbach in Bergisch Gladbach die erste ihrer Art. Warum Menschen, meist Akademiker, auf professionelle Unterstützung bei schwierigen Lebensfragen Wert legen, erklärt André sich so: „Weil unsere Welt so dynamisch geworden ist, weil die Leitplanken aus den fünfziger und sechziger Jahren nicht mehr existieren, sind sie immer mehr auf der Suche nach Orientierung.“ Fernbeziehungen, Jobwechsel, permanent Umzüge – Flexibilität ist gefragt, da kann das eigene Ziel schon einmal leicht aus den Augen geraten.

Die Möglichkeiten, die sich in vielen Bereichen des Lebens heutzutage bieten, überfordern viele. „Noch vor dreißig Jahren hat man eine Ausbildung gemacht, einen Beruf ergriffen und war meist für einen Arbeitgeber tätig – bis zur Rente“, stellt André fest. Mittlerweile stehen den Menschen ganz andere und vor allem viel mehr Türen offen. Nur – welche ist die richtige? Was ist dem Einzelnen wichtig im Leben? Wo will er hin? Die gewonnene Bandbreite an Möglichkeiten wirkt automatisch auch mehr Fragen auf. Alles scheint komplizierter und zugleich unübersichtlicher zu werden.

Wer die Klarheit über sein eigenes Leben, seinen Weg finden will, der muss sich oft unangenehmen Fragen stellen. „Jeder von uns“, sagt André, „hat einen inneren Kompass, eine Ahnung davon, was für das eigene Leben wichtig, was für die Seele zuträglich ist. Dies sichtbar zu machen, das ist die Kunst.“



ICH UND 1968

Vom Wissen und Werden

Von Elisabeth Bonneau

„Mai 1968“ – das war ein Fanal für mich. Im Mai 1968 machte ich mein Abitur an einem Mädchengymnasium, ich suchte mir für das Wintersemester meine erste Studententube, und vor allem: Ich fuhr nach Paris, allein. Die Reise hatte ich mir lange vor dem wilden Mai zum Abitur gewünscht, meine Eltern konnten nicht zurück. Die Barrikaden waren nicht mein Ziel, ich wollte in den Louvre und auf den Eiffelturm, und in Anbetracht des Polizeiaufgebots an jeder Straßenecke konnte ich mich sogar so richtig sicher fühlen.

Mein „Mai 1968“ war ein privates Ereignis, das sich angekündigt hatte. Das Verbot, Miniröcke zu kaufen, unterließ ich, indem ich meine braven Karoröcke in Zwei-Zentimeter-Schritten kürzte; Mutter im O-Ton: „War der Rock immer schon so kurz?“ Auch Vater ging es um den guten Ruf der Familie. Dass mein Freund seinen Fiat nachts vor unserer Tür parkte, war ihm ein Dorn im Auge: „So ein schmutziges Auto steht hier nicht.“ Wir wuschen den Wagen, Vater musste ihn dulden. In die Jeans wurden Löcher gebrannt, das Haar wurde nicht mehr zum Dutt gewirbelt und Mutter von der Pille überzeugt. Vater wurde mit Fragen bombardiert: „Was hast du an der Front gemacht, wenn du nicht geschossen hast?“

Lasst uns die Bildung Lin alle Schichten tragen!

Im elterlichen Schreibwarengeschäft ließ ich, kaum hatte Vater den Laden verlassen, die „Bild“-Zeitung verschwinden, erklärte sie für ausverkauft und empfahl den enttäuschten Kunden weniger systemkonforme Medien. Anarchie im Kleinen, doch mit politischem Anspruch. Als Vater meine Überzeugungsversuche entdeckte, verbannte er mich zum Staubwischen ins Lager. Adorno behielt recht: Es gab „kein richtiges Leben im falschen“.

Für den gesamten Freundinnenkreis war klar: Wir studieren Lehramt, wir verändern die Welt. Lasst uns Wissen in alle Schichten tragen! Hätte damals der Eliteforscher Michael Hartmann den „Mythos von den Leistungseliten“ aufgedeckt – wir hätten ihn für reaktionärer als unsere Eltern gehalten. Tatsächlich haben wir Jahre später noch sozial benachteiligte Schüler gefördert. Nicht die Herkunft, sondern die Bildung sollte über die Karriere entscheiden. „Weißt du was, wirst du was“, 1968 hallte auf diese Weise nach.

Und heute? Ausgerechnet Etikette? Ja, mein Alltag besteht darin, in Seminaren Kaufleute und Assistenten, Banker und Unternehmensberaterinnen, Autoverkäuferinnen und Ingenieure vom Sinn eines angemessenen Auftretens und Verhaltens zu überzeugen. Ein Riss im Lebenslauf? Vom Saulus zum Paulus, oder, je nach Perspektive, umgekehrt? Wo doch das Regelwerk der feinen Formen ursprünglich dazu benutzt wurde, den, der den Code nicht beherrschte, zu entarnen. Und ihm dann nach dem Motto „Ich sehe was, was du nicht weißt“ den Zugang zu den Zirkeln der Mächtigen und Wichtigen zu verweigern. Das alles war tatsächlich so.

Ohne Spielregeln und ohne Etikette geht manches nicht

Doch die Medaille hat auch eine andere Seite: Wer die Spielregeln kennt, kann mitspielen, gleichgültig, woher er kommt. Diese Spielregeln betreffen beispielsweise das Verhältnis der Geschlechter. Wir wissen heute: eine Dame ist gar kein rohes Ei, das von dem ihr zugewiesenen Herrn pfleglich zu behandeln ist. Wir wissen: eine pflegliche Behandlung hat jeder verdient, solange er sein Gegenüber nicht von der Notwendigkeit des Gegenteils überzeugt hat. Wir wissen: der Sockel, auf den der Kavalier die Dame früher stellte, ist zu klein. Auf dem Sockel des Respekts haben Vorgesetzte und Mitarbeiter, Ältere und Jüngere, Kunden und Lieferanten, Herren und natürlich auch Damen Platz, ungeachtet ihrer Herkunft.

Wir erfahren schnell, wenn wir uns der Form unseres Verhaltens bewusst werden: Wer einem Menschen seinen Platz auf dem Sockel zuweist, führt ihn, und wer höflich ist, hat die Dinge in der Hand. Kavalier haben das schon immer gewusst. Es war an der Zeit, dass sich dieses Wissen flächendeckend ausbreitet: „Weißt du was, wirst du was.“ Den Umgang der Menschen miteinander ungeachtet ihres Hintergrunds wertschätzend gestalten – dafür ist Etikette ein feines Werkzeug. Mein 1968 geht weiter.

Elisabeth Bonneau, geboren 1950, ist Kommunikationstrainerin mit Schwerpunkt Business Etikette und lebt in Freiburg.

Dünn gleich attraktiv gleich erfolgreich

Mädchen erkranken immer früher an Magersucht – Aber auch im Alter fällt es Frauen schwer, ihr Gewicht zu akzeptieren

Von Brigitte Biermann

Etwa hunderttausend Mädchen und junge Frauen – nur etwa fünf Prozent sind Männer – leiden in Deutschland an Anorexia nervosa (Magersucht). Ihr Bodymassindex (Körpergewicht geteilt durch Größe in Meter im Quadrat) liegt unter 17,5. Zehn Prozent der Erkrankten hungern sich zu Tode. Sie sterben an einer Infektion, an Herz-Kreislauf-Versagen, durch Selbstmord. Das ist die höchste Sterberate aller psychosomatischen Krankheiten unter jungen Menschen.

Noch sind die Ursachen nicht restlos erforscht. Fest steht, dass es sich um eine Gehirnfunktionsstörung handelt, die durch psychische Faktoren ausgelöst werden kann. Häufig wirkt eine Diät als Einstiegsdroge. Allein deshalb ist alarmierend, dass 25 Prozent aller sieben- bis zehnjährigen Mädchen bereits eine Diät hinter sich haben oder problematisches Essverhalten zeigen.

Die Krankheit bricht meist zwischen dem dreizehnten und zwanzigsten Lebensjahr aus. „Aber mittlerweile beobachten wir, dass

schon Zehnjährige erkranken und immer mehr über Dreißig- und Vierzigjährige“, erläutert die Psychologin Silvia Uhle von der Christoph-Dormier-Klinik für Psychotherapie in Münster. Es ist sogar von Frauen die Rede, die noch später, nämlich erst in den Wechseljahren, an Anorexie erkranken.

Manfred Fichter, Chefarzt der Klinik Roseneck in Prien am Chiemsee, bestätigt das immer jüngere Erkrankungsalter. Eine Erkrankung bei Frauen in der Menopause hingegen hält er aber für selten möglich. Er hat an seiner Klinik eine Langzeitstudie über zwölf Jahre geleitet und sagt: „Mit zunehmendem Alter wird es unwahrscheinlicher, erstmals die Symptome einer Magersucht zu entwickeln. Wir haben zwar Patientinnen gesehen, die mit Anfang sechzig in einer Krise erkrankten, aber die waren in der Jugend oder als junge Erwachsene magersüchtig, was nicht beachtet oder behandelt wurde, so dass sie den Anschein erweckten, als handele es sich um eine Erstkrankung.“

Auch der Psychologe Martin Grunwald, der an Universität Leipzig tätig ist, hält eine Neuerkrankung an Anorexie nach dem vier-

zigsten Lebensjahr für unwahrscheinlich. Da Studien besagen, dass vier bis sieben Prozent der Frauen über vierzig essgestört sind, handelt es sich bei den Anorektikerinnen also um solche Menschen, die mit der Krankheit einen Status quo erzielt haben. Die anderen leiden an Bulimie oder Binge-Eating – das sind Essanfälle, nach denen im Gegensatz zur Bulimie nicht erbrochen wird. Kein Wunder: beim Kampf um Arbeit und Anerkennung zählt jedes Argument, jedes Pfund zu viel wird zum scheinbaren Handicap.

Bei jungen Mädchen wirken Werbung und Medien („Germany's next Topmodel“), Gruppendynamik und auch das Vorbild von Müttern, die eine Diät nach der anderen machen, negativ. Bei erwachsenen Frauen sind es Konkurrenzkampf, Lebenskrisen, Einsamkeit, fehlende Selbstachtung, Mode, Werbung und auch der Arbeitsmarkt unterstützen die Wahnsinnsformel: dünn gleich attraktiv gleich erfolgreich.

Fast alle Frauen nehmen zwischen Mitte vierzig und Mitte fünfzig sieben bis zehn Kilo zu. Sehr viele aber wollen das nicht akzeptieren. Sie quälen sich verbissen in Fitness-Stu-

dios, sie joggen durch Wald und Flur, gönnen sich nur hauchdünne Gurkenscheiben auf butterlosem Knäckebrot oder einen faden Salat – Fitness und Diät werden zum lebenslangen Erfolgsprinzip, Mineralwasser und Cola Light zum Statussymbol. Hauptsache, diese Frauen glauben, mit Dreißigjährigen konkurrieren zu können.

Was vor dreißig Jahren als Ausnahmeerscheinung galt, ist heute ein beängstigendes Phänomen, dem sich Wissenschaftler und sogar die Politik widmen. Im Dezember 2007 starteten die drei Bundesministerinnen Ulla Schmidt, Annette Schavan und Ursula von der Leyen gemeinsam mit der „Emma“-Gründerin Alice Schwarzer die Initiative „Leben hat Gewicht“. Ziel: die Öffentlichkeit für das Thema Essstörungen und überzogene Schönheits- und Schlankheitsideale zu sensibilisieren. Die Ulmer Universitätsklinik führt mit acht weiteren Unikrankenhäusern die bis jetzt größte Studie zu Therapien bei Anorexia nervosa durch. Und vielleicht wird ja irgendwann mal wieder ein Typ wie Marilyn Monroe modern – sie war 1,66 Meter groß und wog 63 Kilo. Das ergibt BMI 22.