

Einleitung

Wie ist gute Laune möglich? Wodurch kann überschäumende Freude in einem überflüssigen Leben entstehen? Wie kann man ausgelassene Fröhlichkeit in einer gottlosen Welt bewahren? Nachdem die Seziersmesser des scharfsinnigen Geistes, am Stein harter Tatsachen geschliffen, die erhabenen Sinngebilde religiöser Meister in museale Elemente zerlegt haben, scheinen überzeugende Antworten hierauf eher rar zu sein. Der Sieg der illusionslosen Bescheidenheit über religiöse Phantome und politische Fantastereien macht die Frage nach der guten Laune daher höchst brisant. Denn wo die Dinge gleichgültig und belanglos werden, wird das flüchtige Leben sinn- und zwecklos. Ohne höhere Bedeutung scheint unsere überzählige Existenz hoffnungslos verloren zu sein. Doch ist diese weitverbreitete Meinung falsch.

Angenehm vergnügte Lebensart benötigt keine besondere Rechtfertigung. Sie trägt einen Feiertag in sich, den freilich kein Mensch verdient, sich jedoch auch niemand erst verdienen muss, ja überhaupt kann. Statt eines geheimnisvollen Sinnkerns befindet sich in der Mitte unseres flüchtigen Daseins zwar einfach nichts. Trotzdem kann es in seiner ganzen Zufälligkeit mit spielerischer Heiterkeit angenommen werden. Ein beschwingtes Leben kommt ohne tiefere Wahrheiten aus. Es imponiert sich selbst. Wer sein verletzliches Dasein aus purer Lebenslust zu feiern versteht, für den erübrigt sich die Frage nach einem majestätischen Sinn des Ganzen. Das Leben muss zu nichts da sein, um an ihm Geschmack und Gefallen finden zu können. Zum Fest des Lebens bedarf es lediglich guter Laune. Sie ist eine wichtige Kraftquelle und Überlebenshilfe, die mit darüber entscheidet, ob sich das Leben für den Einzelnen lohnt oder nicht. Ungetrübte Lebensfreude wendet alles Hoheitsvolle, Schwere und Tiefe ins Heitere, Leichte und Helle. Aber

wird nicht alles platt, flach und oberflächlich, wenn ernster Tiefgang fehlt? Geben sich die großen Versprechen erst einmal als bloße Versprecher zu erkennen, so zerbricht doch der Halt, der stabiles Gleichgewicht gibt und klare Perspektiven aufzeigt. Trotzdem lieber trivial als radikal; besser frei, freundlich und flexibel statt fromm, feindselig und fanatisch! Unklar ist nur, ob den Menschen dafür genug Lebenslust zu Gebote steht. Hieran darf mit Recht gezweifelt werden.

Denn es gibt sie noch: die hitzköpfigen, jähzornigen, hasserfüllten Querulanten, die sich ihre miese Laune nicht durch fröhliche Parolen verderben lassen. Sie wollen sich nicht locker machen. Die Zahl der chronischen Nörgler, die sich rasch in wilde Erregung versetzen lassen, ist sogar ziemlich hoch. Jeder ist bisweilen rüpelhaft, grob und ungezogen. Im weltweiten Netz gibt es schon lange kein Halten mehr. Die Foren strotzen vor ausfälligen Hetzbotschaften und Pöbeleien. Social Media als virtuelles Schlachtfeld für wortreiche Hasskommentare! Anonymität enthemmt. Hier können die Mäkler lästern, beleidigen und schimpfen, wie ihnen der Schnabel gewachsen ist. Die Spirale nach unten kennt keinerlei Grenzen. Keine Verbote können sie aufhalten. Im Gegenteil verstärken sich die derben Kommentare gegenseitig, die unbedachte User sogar mit ihrem Namen versehen.

Wie viele boshafte Tiraden, ordinäre Sexsprüche und stolz bekannte Gemeinheiten gibt es erst im unzensurierten Privatraum. Häme, Niedertracht und Kollegenschelte sind nicht für die Öffentlichkeit bestimmt. Aber insgeheim lachen viele Menschen über das Versagen und Scheitern ihrer Mitbürger. Besonders Prominente sehen sie gerne im Strudel unseriöser Machenschaften untergehen. Hierüber dürfen die Leute ohne Verstellung lautstark blaffen. Dabei bleibt jede weitherzige Freundlichkeit auf der Strecke.

Noch am besten klappt das Meckern, Geifern und Keifen hinter dem Steuerrad. Auf der Autobahn etwa kann sich unsere Übellaunigkeit völlig ungestört entfalten. Das Auto bietet gesellschaftlich verpönten Frechheiten ein sicheres Obdach. Während der Fahrt dürfen Zorn und Verachtung hemmungslos toben. Man darf wild fluchen, ja die übelsten Verwünschungen aussprechen und sogar ganz offen Gewalt androhen, deren Grausamkeit den raffiniertesten Spielereien hartgesottener Sadisten manchmal in nichts nachsteht. Man fühlt, wie sich die Hand zur

Faust ballt, während die andere das Auto steuert. Und die Wut fühlt sich irgendwie überwältigend an. Endlich darf das Tier in uns mal aus dem Käfig. Man darf roh und ungehobelt seinen Ärger rausbrüllen, ohne sich hierfür rechtfertigen zu müssen. Weder braucht man Sanktionen zu befürchten noch freundliche Beschwichtigungen geduldig zu ertragen. Wer hat ein solches Angebot noch nicht genutzt? Freilich kann man über alles reden. Für jedes Problem gibt es eine Lösung, zumindest einen Kompromiss. Aber wer hat schon immer Lust auf vernünftige Gespräche und den Austausch kluger Argumente? So lassen sich bereits auf der Autobahn ungeheuerliche Neigungen aufspüren, die im Alltag sonst eher verborgen bleiben. Die Decke unserer Zivilisation ist dünn. Wir alle leben am Abgrund.

Dennoch drängt sich die Frage auf, warum sich Menschen immer wieder gegenseitig so viel Schreckliches antun. Weshalb verwendet jemand freiwillig so viel Kraft darauf, andere zu verabscheuen, zu hassen und zu bekämpfen? Wie schafft es die Gewalt, stärker zu bleiben als der Wunsch, in Frieden zu leben? Jede Zeit erlebt Gewalt als etwas unerhört Neues mit verstörendem Charakter. Gewalt hört niemals auf zu überraschen, was selbst überrascht, weil es sie doch schon immer und sogar in bedrückendem Ausmaße gibt. Geschichtlich betrachtet ist Gewalt eher das Normale als das Außergewöhnliche.

Doch wieso übt ungezügelt Benehmen eine so starke Anziehungskraft auf die Menschen aus? Kommt hier die Kehrseite unserer Vernunft zum Vorschein, die genauso zu uns gehört? Ist es bloße Langeweile oder einfach nur die Lust, mal etwas anderes als die täglichen Routinen erleben zu wollen? Sind es verdrängte oder unterdrückte Impulse, die stets eine Gelegenheit suchen, um sich entfalten zu können? Wird hier ans Licht befördert, was normalerweise in den Tiefen der eigenen Existenz verschlossen liegt und der Alltagsordnung unzugänglich ist? Strahlt hier eine blinde Kraft mit zweifelhafter Sehnsucht auf? Eine schöne Seele ist der Mensch, gewiss, doch hässliche Abgründe schlummern ebenfalls in ihm. Wir tragen viele Möglichkeiten und Bedürfnisse in uns, die wir gar nicht kennen und die nur darauf warten, geweckt zu werden. Es gibt eben allerlei, was besser verborgen und geheim bleiben sollte, gelegentlich aber hervortritt. Wir alle sind anders. Ethisch betrachtet ist die menschliche Natur prekär.

Zwar erledigen zivilisierte Bürger ihre Arbeiten ebenso gewissenhaft wie geschäftsmäßig, und in ihrer Freizeit möchten sie meist nur unterhalten, sonst eher in Ruhe gelassen werden. Sie wollen möglichst ungestört ihren Betätigungen nachgehen dürfen. Aber wie schnell können noch so anständige Zeitgenossen, die eben noch unauffällig und freundlich waren, außer sich geraten. Manche weisen eine extreme Reizbarkeit auf.

Damit sich solche Anfälle nicht wie Gewitterblitze entladen, setzen viele Ordnungshüter auf pädagogische und therapeutische Schutzmaßnahmen, während andere eher von der abschreckenden Wirkung eines hohen Strafrisikos überzeugt sind. Beide Wege bieten unverzichtbare Orientierungen. Nur genügen sie nicht. Obgleich es nicht ohne soziale Regulierungen geht, steht die menschliche Begabung zur Milde, Würde und Humanität keineswegs fest. Darum empfiehlt sich ein dritter Weg, auf dem das dunkle Begehren sozialverträglich und lustvoll ausgelebt werden kann.

Im *ersten Teil* des Buches wird den Gewaltexzessen nachgespürt. Was ist Gewalt? Welche Facetten der Gewalt gibt es? Wo liegen die Ursachen von Gewalt? Der vorherrschende Trend unserer Zeit stützt sich auf situative, individual- und sozialpsychologische, ökonomische, politische, religiöse und weltanschauliche Erklärungen. Doch reichen sie alle nicht an die letzten Wurzelgründe der Gewalt heran, so wenig sich ihre Relevanz auch bestreiten lässt. Am Rätsel grundloser Verbrechen wird ihr Ungenügen deutlich. Der Fels, an dem der Spaten bricht, ist die biologisch entschlüsselte Natur des Menschen.

Der *zweite Teil*, ein kurzes Zwischenspiel, befasst sich mit den geläufigen Vorkehrungen gegen Gewalt, die sich nur partiell zurückdrängen und von der sich die Menschheit schon deshalb niemals heilen lässt, weil sie keine Krankheit ist. Wo immer der Schutzanstrich der Zivilisation, quasi der Firnis der Kultur, abplatzt, dort steigt die Wahrscheinlichkeit, dass das wilde Tier in uns wie eine gewaltige Elementarkraft durchbricht.

Im *dritten Teil* geht es daher um die Frage, wie sich unsere gewaltbezogenen Bedürfnisse so verwalten lassen, dass sie weder uns noch unseren Mitmenschen oder der Gesellschaft zum Schaden gereichen.

Zur Verringerung sozialunverträglicher, grausamer Gewaltorgien sind rauschartige Lustexzesse unverzichtbar, bei denen die Menschen auf sozialverträgliche Weise ihren Dampf ablassen können. Wer feiert, feuert nicht! Wer tanzt, tötet nicht! Ungebändigte Kräfte benötigen nicht bloß eine restriktive Ordnung, sondern auch Gelegenheiten zum Austoben.

Darum werden im Folgenden zeitgemäße Orte aufgesucht, an denen wir fast ohne jede Einschränkung vor Leben brennen und unsere überschüssigen Energien in den Dienst sinnlicher Selbsterfüllung stellen dürfen. In aufwühlenden Reizbefriedigungen, rauschender Erotik und maßlosen Exzessen zelebriert sich das Leben selbst. Solche ekstatischen Erhitzungen intensivieren und bereichern das Dasein. Hierzu bieten Sport, Spiel, Sex, Musik und Abenteuer der unterschiedlichsten Art vielfältig Gelegenheit. In diesen hedonistischen Festen ungezügelter Sorglosigkeit vollzieht sich eine Art existenzieller Wertschöpfung, bei der ein Mehrwert in Form eines gesteigerten Lustgewinns erzielt wird.

„Ja, das Leben ist schwer zu tragen“, schreibt Friedrich Nietzsche unter der Überschrift „Geist der Schwere“ in *Also sprach Zarathustra*.¹ Denn menschliches Leben ist mühsam, sorgenvoll und des Gelingens niemals sicher. Niemand hat es leicht. Alle Leichtigkeit muss einer ursprünglichen Beschwerlichkeit abgerungen werden. Etwas zustoßen kann einem jederzeit. *Hamlet* spricht von „tausend Stößen, die unseres Fleisches Erbteil“.² Zu deren Abfederung bedarf es wirksamer „Stoßdämpfer“ wie Glaube, Liebe, Hoffnung. Gerade alltägliche Beschwerden verführen zu naiver Leichtgläubigkeit. In Anspielung auf Schopenhauer, der so Höflichkeit definierte, darf Religion mit einem Luftkissen verglichen werden, in dem zwar nichts ist, das aber die Stöße dämpft. Dabei genügte es schon, das Leben nicht so schwer zu nehmen, um sich seine gute Laune zu bewahren. „Heiterkeit ist der heimliche Vorgenuss des Todes – sie enthebt uns der großen Bürde unserer Aufgaben“, notiert Nietzsche.³

Drum also: „Take it easy!“ Doch das sagt sich so leicht. Um das Leben leichter tragen zu können, muss man zuvor gelernt haben, sich selbst leichter zu nehmen. Man muss ein Vogel werden, „der da leichter als alles irdisch Lastende sich in die Lüfte hebt“, meint Sören Kierkegaard.⁴ Ohne Leichtsinn gelingt das nicht. Allerdings steht der Suche

nach unbeschwerter Leichtigkeit die ganze Daseinslast entgegen. Ein jedes Leben hat seine Plagen, die das Herz beschweren und zuweilen schwermütig stimmen. Hierin stimmt die Schwermut mit der Schwerkraft überein: Beides zieht herab. Aber es ist notwendig, aufrecht zu stehen und zu gehen, wenn man tanzen lernen möchte. Nur wer sich wie ein Vogel in die Lüfte zu schwingen vermag, wird ausgelassen feiern, singen und lachen können. „Vielleicht weiß ich am besten, warum der Mensch allein lacht: er allein leidet so tief, dass er das Lachen erfinden musste. Das unglückliche und melancholische Tier ist, wie billig, das heiterste“, vermerkt Nietzsche.⁵

Menschen gönnen sich regelmäßig Auszeiten, um Urlaub von den täglichen Sorgen zu nehmen. Jedoch sind für ihr Dasein nicht bloß Nöte, Konflikte und Mängel charakteristisch, die ausgeglichen werden müssen, sondern ebenso beglückender Überfluss, Fülle und Begehren, die ausgekostet werden möchten. Diesbezüglich zieht Friedrich Nietzsche in *Also sprach Zarathustra* am gleichen Strang wie André Gide in *Uns nährt die Erde*: Beide empfehlen dem Einzelnen, sein Leben abenteuerlicher zu gestalten. Doch wie schwer tun sich die Menschen damit, am Leben Geschmack zu finden, selbst nachdem sie hieran bereits Gefallen gefunden haben. Sie sollten mehr lustvolle Exzesse entfesseln, um das pralle Leben schmecken zu können, finden Nietzsche und Gide. Beide raten, die Fülle des Daseins in vollen Zügen zu genießen und nach allem zu lechzen, was man landläufig Sünde nennt: „Eine wohl-schmeckende Frucht, der sich begierige Lippen nähern, das ist für mich das Bild des Lebens“, vermerkt Gide.⁶ Das klingt schön unanständig, angenehm verdorben und ist es auch! Und genau darum geht es: dem Begehren mehr die Zügel schießen zu lassen, als es sonst vielleicht üblich ist. Nur für die Müden, die schon das bloße Existieren erschöpft, ist Ruhe bereits das Glück, nicht aber für die Enthusiasten, die der Durst nach Abenteuer verzehrt, weil sie den starken Pulsschlag des Lebens spüren. „Man muss noch Chaos in sich haben, um einen tanzenden Stern gebären zu können“, schwärmt Nietzsche.⁷ Dann ergibt sich das Gefühl: „Es sternt mich an“, jubelt Gottfried Benn.⁸ Die Wahrheit allen sinnlichen Verlangens ist der abenteuerliche Exzess. Wer hierauf verzichtet, verpasst das Fest des Lebens.