

Die NDB, die Achtsamkeit und das kleine 1x1 des Zwischenmenschlichen von Joseph Randersacker

Einsamkeit tut dem Menschen nicht gut. Von Einsiedlern vielleicht abgesehen. Alle anderen werden trübsinnig. Menschen brauchen Menschen. Angesichts der klaren Diagnose wurde schon zu Urzeiten von höherer Stelle die Einsamkeit durch Rippenschnitt beendet. Eine brachiale Kur, medizinethisch heute nicht mehr genehmigungsfähig, aber effektiv. Es folgte Zweisamkeit mit 7,5 Milliarden Derivaten, plus jährlich rund 80 Millionen.

Manchmal kann die Medizin natürlich schlimmer sein als die Krankheit. Aus Eintracht wird dann Zwietracht und man ist wieder einsam, immerhin gemeinsam. Als Mittel dagegen wird von den Fachleuten des Inneren heute – der Rippenschnitt kommt ja nicht mehr infrage – Achtsamkeit empfohlen: Man soll schauen, wie es dem Andern geht.

Kain, wo ist dein Bruder Abel? Eigentlich auch eine ganz alte Geschichte, aber zwischenzeitlich von der Lehre verdrängt, dass jeder seines eige-

nen Glückes Schmied sei. Wettbewerb als Weg zu einem erfüllten Dasein klingt wie die zivile Variante von Heraklits Maxime, der Krieg sei der Vater aller Dinge. Das hat nicht funktioniert.

Jeder gegen jeden, das macht einsam. Misstrauisch. Neidisch. Und, siehe oben, trübsinnig. Die Depressionen nehmen zu, etwa jeder zehnte Erwachsene (!) hat im Laufe eines Jahres eine solche Diagnose. Achten Sie mal darauf. Und dann tun Sie was dagegen, dass es so weiter geht, statt nur achtsam zuzusehen.

Die sanfte Medizin des Mitfühlens der Neuen Deutschen Befindlichkeitspflege (NDB) alleine ist nicht genug, es braucht brachiale Kuren. Gerechtigkeit entsteht durch politische Einmischung, durch gewerkschaftliches und zivilgesellschaftliches Engagement, gemeinsam, nicht gegeneinander. Dann könnte es irgendwann einmal eine Welt geben, in der alle gut und gerne leben.

TUENE

by @Tom

