



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

VID_Funk_R_2016a

Leben zwischen Haben und Sein Zur Aktualität von Erich Fromm

Rainer Funk

„Leben zwischen Haben und Sein. Zur Aktualität von Erich Fromm“. Vortrag im Rahmen der Reihe „Wissen fürs Leben“ der Arbeiterkammer (AK) Vorarlberg am 17. Februar 2016 in Feldkirch.

Copyright © 2016 and 2025 by Dr. Rainer Funk, Tübingen, Germany; E-Mail: frommfunk[at-symbol]gmail.com

1. *Haben oder Sein* – damals und heute

Es war in München, als sich 1977 eine Gruppe von Lesern des Buches *Haben oder Sein* zusammen tat und beschloss, in Zukunft auf das Haben eines Autos zu verzichten und die notwendigen Wege mit dem selbst angetriebenen Fahrrad zu bewerkstelligen. Fromms Buch traf den Nerv vieler Menschen, die Mitte der Siebziger Jahre genug hatten von Statussymbolen und Wohlstandsbürgertum. Sie hielten nach anderen Werten Ausschau, die nicht besitzorientiert und konsumistisch, sondern alternativ, ökologisch, „natürlich“, humanistisch waren. Sie erkannten, wie wichtig Eigenaktivität, Selbstsein und Selbstwirksamkeit für das Gelingen des Einzelnen und des gesellschaftlichen Miteinanders sind und machten sich mit Fromms Buch *Haben oder Sein* zur Speerspitze einer postmaterialistischen Bewegung.

Das Streben nach einem Mehr an materiellen Gütern zeigte seine passiv und un-solidarisch machende Wirkung, und zwar genau so, wie dies Fromm in *Haben oder Sein* beschrieb. Ausgangspunkt der Erkenntnisse Fromms war ja, dass gerade bei den hochindustrialisierten Gesellschaften, die alles haben, was der Mensch zu einem anspruchsvollen Leben braucht, sich eine verstärkte Habgier und Stre-bung nach immer mehr Haben beobachten ließ, die Satten also immer unersätt-licher und feindseliger gegenüber den Habenichtsen wurden.

Wache Menschen fanden in Fromms Buch nicht nur eine Zeitdiagnose vor, son-derne auch die Skizze einer Alternative, die als Wegweisung – weg von der Fixie-



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

rung auf das Haben – verstanden wurde. So wurden manche Münchner, lange bevor das Fahrradfahren wieder „in“ war und die Fahrräder schließlich mit Elektromotoren versehen wurde, ihr Auto los. Bei mir selbst führte die Lektüre der Kapitel, die mir Erich Fromm zur kritischen Durchsicht gab, am 31. März 1975 dazu, dass ich nach 17 Jahren Raucherdasein meine letzten Stuyvesant-Zigaretten verqualmte. Es ging Fromm darum, dass man sein Leben nicht mehr von Gegenständen des Habens her bestimmt, von denen man bei näherer Betrachtung in Wirklichkeit gehabt wird.

Sein Leben nicht von etwas abhängig zu machen, von dem man gehabt wird – also passiv und abhängig gemacht wird – scheint mir noch immer am besten auszudrücken, worum es bei der Orientierung am Haben geht. Dabei ist im Auge zu behalten, dass es um eine Orientierung am Haben geht, um eine Existenzweise und Art zu leben, die von dem Verlangen angetrieben wird, haben und mehr haben zu wollen. Wer haben kann, „als hätte er nicht“ (in Anlehnung an 1 Kor 7,30) ist nicht am Haben orientiert. Deshalb geht es Fromm auch nicht darum, einer Askese das Wort zu reden, bei der man nichts mehr haben darf. Die Alternative zur Orientierung am Haben ist nicht die Orientierung am Nicht-Haben, sondern die am Sein.

Die große Aufbruchstimmung Ende der Siebziger Jahre, die zu einer anderen Art zu leben führen sollte, wurde schon bald von einer neoliberalen Wirtschaftsphilosophie und -politik überrollt, die sich das Mehr-Haben-Wollen auf die Fahnen geschrieben hatte. Ihr gelang es, Handels-, Währungs- und Marktbeschränkungen zugunsten kapitalistischer Interessen zu beseitigen und die Finanzmärkte so zu liberalisieren, dass sie von der Realwirtschaft unabhängig wurden, um noch mehr Kasse machen zu können auf Kosten der immer größer werdenden Zahl der Habenichtse im Nord-Süd-Gefälle und in den einzelnen Volkswirtschaften.

Als dann die Boni-Zahlungen an die Banker zum öffentlichen Ärgernis wurden, erinnerte man sich wieder mehr der Frommschen Alternative „Haben oder Sein“. Das Theater in Frankfurt stellte eine Spielzeit unter das Motto „Haben oder Sein“ und die jährlichen Verkaufszahlen des Buches *Haben oder Sein* kletterten wieder auf über 10°000 Exemplare jährlich (Anfang der Achtziger Jahre waren es zwischen 100°000 und 200°000 Exemplare jährlich.) Die Ohnmacht gegenüber den kapitalistischen Mächten des Marktes ist dennoch heute größer denn je. Das Sagen haben multinationale Konzerne, die global wirtschaften und die Politiker in Schlepptau genommen haben.



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

Dem mag man widersprechen. Viele Unternehmerinnen und Unternehmer haben die Zeichen der Zeit erkannt und versuchen, sich – durchaus auch wirtschaftlich erfolgreich – gegen den Mainstream zu behaupten. Auch gibt es heute Bewegungen wie die „Gemeinwohlwirtschaft“ eines Christian Felber oder die „Postwachstums-Ökonomie“ von Niko Paech. Vor allem aber bahnt sich mit der digitalen Revolution und dem Internet eine neue Kultur des Teilens und Verbundenseins an, die von manchen so gedeutet wird, dass die junge Generation sich immer weniger am Haben und immer stärker Sein orientiert.

Um hier eine Antwort geben zu können, möchte ich in meinem Vortrag auf zwei Fragen näher eingehen: Erstens auf die Frage, was Erich Fromm psychologisch unter der Alternative „Orientierung am Haben oder Orientierung am Sein“ verstanden hat; und zweitens auf die Frage, worin sich psychologisch die Orientierung am Haben heute bevorzugt manifestiert. Beginnen wir mit der Frage nach dem psychologischen Verständnis der Alternative „Haben oder Sein“.

2. Was hat Erich Fromm psychologisch unter der Alternative „Orientierung am Haben oder Orientierung am Sein“ verstanden?

Man wird das, was Fromm mit der Orientierung am Haben oder am Sein gemeint hat, nur richtig verstehen, wenn man diese Orientierungen als psychologische Qualifizierungen von Antriebskräften versteht, die unser Denken, Fühlen und Handeln des Menschen von Innen heraus steuern. Ich kann es auch neurobiologisch ausdrücken: Dann meint Orientierung am Haben oder am Sein zwei unterschiedliche neuronale Synapsen- und Netzbildungen, die mit den emotionalen Zentren des Gehirns verbunden sind. Sie unterscheiden sich darin, dass sie für das Gelingen oder Misslingen des Menschen je unterschiedliche Auswirkungen haben. In der Sprache der Psychoanalyse hat man diese inneren Antriebskräfte als Charakterbildungen verstanden, die, wenn sie dem Gelingen des Menschen und seiner psychischen Gesundheit förderlich sind, von Fromm „produktiv“ genannt werden bzw., wenn sie abträglich sind, „nicht-produktiv“.

Das Besondere des Frommschen Denkens ist dabei, dass er von zwei solchen Charakterbildungen in jedem einzelnen Menschen ausgeht: einer individuellen Charakter- oder neuronalen Netzbildung und einer sozialen Charakterbildung. Letztere spiegelt die Identifizierung des Einzelnen mit den Erfordernissen der Kultur, des Wirtschaftens und des Zusammenlebens wider. Dieser „Sozialcharakterbildung“ ist es zu verdanken, dass Menschen, die zu einer gesellschaftlichen



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

Gruppierung gehören, ähnlich denken, fühlen und handeln und so zum sozialen Zusammenhalt und Frieden beitragen. Um die produktive oder nichtproduktive Auswirkungen des Sozialcharakters geht es Fromm in erster Linie, wenn er von der Orientierung am Haben oder am Sein spricht.

Grundsätzlich aber meint die „Orientierung an der Existenzweise des Seins“ nichts anderes, als dass bei den charakterlichen Strebungen des Menschen jene Strebungen dominieren und gefördert werden, die die Fähigkeit zu einer liebenden, vernünftigen, autonomen, empathischen, solidarischen und kreativen Bezo-genheit verstärkt wird.

Umgekehrt führt zum Beispiel eine auf Wettbewerb aufgebaute Marktgesellschaft zu einer Sozialcharakterbildung, bei der Menschen, die gesellschaftlich erfolgreich sein wollen, eine ausgeprägte Orientierung am Haben entwickeln müssen, die sich in entsprechenden Charakterzügen zu erkennen gibt. Sie müssen eine Lust am Rivalisieren entwickeln und den anderen als Konkurrenten wahrnehmen; sie müssen alles daran setzen, den anderen zum Verlierer und sich selbst zum Alpha-Tier und zum Gewinner machen zu wollen. Das Wetteifern und Siegenwollen wird dabei zum Lebenselixier für eine ganze Gesellschaft, wie un-schwer ein Blick auf die Bedeutung des Leistungssports oder die Beliebtheit von Quiz-Sendungen zeigt. Selbst die Wetterfrösche im Fernsehen simulieren ihren Wetterbericht so, wie wenn es um die Ergebnisse eines sportlichen Wettkampfs ginge und beten lange Listen von höchsten oder tiefsten Temperaturen herunter. Alles folgt dem Strickmuster „Gewinnen oder Verlieren“ als Manifestation der Habenden und der Habenichtse.

Das simple Beispiel zeigt, dass es nicht ausreicht, nur danach zu fragen, was in einer Gesellschaft als normal angesehen wird, sondern dass auch bei dem, was viele Menschen erstreben und deshalb als was ganz Normales ansehen¹, zu fragen ist, wie die Sozialcharakterbildung zu bewerten ist, aus der solche Strebungen und Verhaltensweisen erwachsen. In Fromms Buch *Haben oder Sein* steht

¹ Vgl. hierzu E. Fromm (1944a): „Individuelle und gesellschaftliche Ursprünge der Neurose“, in: *Erich Fromm-Gesamtausgabe* (GA) Band XII, S. 123-129; sowie das Kapitel „Kann eine Gesellschaft krank sein? – Die Pathologie der Normalität“, in: E. Fromm (1955a), *Wege aus einer kranken Gesellschaft*, in: *Erich Fromm-Gesamtausgabe* (GA) Band IV, S. 13-19. Vgl. außerdem: R. Funk, „Produktive Orientierung und seelische Gesundheit“, in: *Fromm Forum* (Deutsche Ausgabe – ISBN 1437-0956) 10 / 2006, Tübingen (Selbstverlag) 2006, S. 4-8.



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

deshalb deutlich das Interesse im Vordergrund, die wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Voraussetzungen zu benennen, die die Menschen dazu befähigen, sich mehr von einer Orientierung am Sein als von einer am Haben her zu definieren.

So viel zunächst zum psychologischen Verständnis der Alternative „Haben oder Sein“ bei Erich Fromm und dass es bei „Haben oder Sein“ um eine Qualifizierung von Orientierungen des Charakters geht, je nachdem, ob das, was wir psychisch erstreben, dem Gelingen und der geistigen und psycho-physischen Gesundheit des Menschen förderlich oder abträglich ist.

3. Die Bedeutung der Alternative „Haben oder Sein“

Wenden wir uns vor diesem Hintergrund zunächst der Frage zu, welche Bedeutung die Alternative „Haben oder Sein“ zum Zeitpunkt der Entstehung des Buches *Haben oder Sein* konkret hatte, um im Anschluss daran dann zu fragen, welche Bedeutung die Alternative 40 Jahre später konkret hat – denn es geht uns ja um die Aktualität eines Lebens zwischen der Orientierung am Haben und der am Sein. Was meinte Fromm mit der „Orientierung am Haben“?

a) Orientierung am Haben

Wer sein Leben am Haben orientiert, der bestimmt sich selbst, seine Existenz, seinen Lebenssinn, seine Lebenspraxis von dem her, was er hat, haben kann und mehr haben kann. Nun gibt es fast nichts, was nicht Gegenstand des Habens und Habenwollens werden könnte, an erster Stelle materielle Dinge jeder Art (ein Eigenheim, Geld, Aktien, Kunstwerke, Bücher, Briefmarken, Münzen und andere Dinge, die teils „mit Sammlerleidenschaft“ gesammelt werden).

Aber auch andere Menschen können zum Gegenstand des Habens und Habenwollens werden. Natürlich sagt man nicht, dass man einen anderen Menschen in Besitz nehme und als sein Eigentum ansehe. Man spricht davon, dass man für andere die Sorge und Verantwortung habe. Bekanntermaßen hat aber der, der die Verantwortung trägt, auch das Recht, über den anderen zu verfügen. Und so werden Kinder, Behinderte, Alte, Kranke, Therapiebedürftige in Besitz genommen, als Teil des eigenen Selbst betrachtet – und nur ungern aus der Obhut entlassen, weil man sein Leben vom Haben dieser Menschen her definiert.

Nicht genug damit, dass auch andere Menschen „gehabt“ werden können, wir



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

bestimmen unsere Lebenspraxis auch vom Haben von Tugenden und Werten her: Wir sind ganz darauf aus, ein Ansehen zu haben, ein bestimmtes Image, Gesundheit, Schönheit oder Jugendlichkeit zu haben, und wenn dies nicht mehr möglich ist, so wollen wir dann doch wenigstens „Erfahrung“ oder „Erinnerungen“ haben. Auch Überzeugungen politischer, weltanschaulicher und religiöser Art können wie ein Besitz erworben und hartnäckig – bis aufs Blut – verteidigt werden. Alles wird davon abhängig gemacht, ob oder dass man im Besitz der Wahrheit ist oder das Recht auf seiner Seite hat.

Die Rede vom „Haben“ kann das Missverständnis begünstigen, als dürfe der Mensch, der in der Weise des Seins lebt, nichts mehr haben oder haben wollen. Es stimmt zwar, dass sich der am Haben Orientierte leicht bereits dadurch outet, dass er dieses oder jenes unbedingt haben möchte. Das, was er an Eigentum, Bildung, Können, Ansehen hat, muss aber nicht notwendig ein Indiz für eine Lebenspraxis des Habens sein. Bei der Alternative „Haben oder Sein“ geht es nicht darum, was ein Mensch konkret hat oder nicht hat, sondern welchen Stellenwert das, was er hat oder nicht hat, für ihn hat. Die Alternative betrifft die Frage: Woher bestimmt der Mensch seine Lebenspraxis, sein Denken, Fühlen und Handeln? Bestimmt er sich von dem her, was in ihn hineingeht, das heißt, was er hat und haben kann, oder von dem her, was er ist und potentiell aus sich hervorbringen kann.

Es geht deshalb auch nicht darum, dass jemand nichts hat. Auch die Orientierung am Nicht-Haben ist eine Habenorientierung. Fromm vertritt kein Asketentum und die Orientierung am Sein ist gerade nicht identisch mit einer Orientierung am Nicht-Haben. Es geht vielmehr immer um die Frage, welchen Stellenwert das Haben oder auch das Nicht-Haben bei der Bestimmung des Lebenssinnes, im Umgang mit anderen und mit sich selbst hat.

Ob jemand etwas in der Existenzweise des Habens hat oder ob jemand „hat, als hätte er nicht“ – dies ist oft schwer zu unterscheiden. Und doch kann jeder schnell die Probe bei sich selbst machen, indem man sich fragt, woran das eigene „Herz“ ganz besonders hängt, um sich dann vorzustellen, wie es einem erginge, wenn das, was einem wichtig und wert ist, weggenommen würde: Ob es dann einem den Boden unter den Füßen wegzieht und einem das Leben sinnlos zu werden droht. Wer dann keinen Eigenwert mehr spüren kann, wenn es sich dann nicht mehr richtig lohnt, noch zu leben und zu arbeiten, wenn man mit sich und anderen nichts mehr „anfangen“ kann, dann sind dies ziemlich sichere Indizien dafür,



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

dass man sein Leben von der Orientierung am Haben her bestimmt: vom Haben eines Berufes, vom Haben von Kindern, vom Haben eines guten Rufes, vom Haben tieferer Einsichten, vom Haben eines funktionsfähigen Körpers usw.

Der am Haben orientierte Mensch bedient sich – um es in ein Bild zu bringen – immer einer Krücke statt der eigenen Füße. Er bedient sich eines angeeigneten Gegenstandes von außerhalb von ihm, um zu sein, selbst und etwas zu sein. Er ist nur er selbst, insofern er etwas hat. Er bestimmt sein Subjekt-Sein vom Haben eines Objektes. Er wird vom Objekt, also vom Gegenstand des Habens, gehabt.

b) Orientierung am Sein

Die Metapher von den Krücken, die die eigenen Füße ersetzen, macht zugleich anschaulich, was mit der Orientierung am Sein gemeint ist. So wie der Mensch die körperliche Fähigkeit hat, auf eigenen Füßen zu stehen, die er – im Notfall – durch Krücken ersetzen kann, so hat der Mensch auch geistige und psychische Fähigkeiten zum Selbstand: seine Fähigkeit, selbst zu fühlen, interessiert, zärtlich, liebend zu sein; selbst zu denken, Ideen, Fantasien und Vorstellungen zu entwickeln und zu eigenen Erkenntnissen und Urteilen zu kommen; und er hat die Fähigkeit, Dinge selbst zu vollziehen, zu tun, hervorzubringen statt sie sich zu kaufen und anzueignen.

Die Orientierung an der Existenzweise des Seins zielt auf die Aktivierung der menschlichen Eigenkräfte. Solche menschlichen Eigenkräfte entstehen und wachsen nur in dem Maße, als sie praktiziert werden; sie lassen sich nicht konsumieren, kaufen, aneignen wie Gegenstände des Habens, sondern nur praktizieren, üben, wagen, tun. Anders als für die Gegenstände des Habens, die in dem Maße aufgebraucht werden, als sie gebraucht werden, gilt für eigenes Denken, Fühlen und Tätigsein, dass sie wachsen und mehr werden, wenn sie geteilt und gebraucht werden.

Dies gilt von allen spezifisch menschlichen Eigenschaften und Fähigkeiten. Vertrauen zum Beispiel lässt sich nur durch das Praktizieren und Üben von Vertrauen schaffen und eben gerade nicht aneignen, kaufen, konsumieren in Gestalt von immer mehr Versicherungspolice. Das gleiche gilt von Fähigkeiten wie frei und selbständig zu sein, interessiert zu sein, aktiv zu sein, empathisch zu sein, lieben und solidarisch handeln zu können oder seine Wünsche realitätsangemessen befriedigen zu können. Das Wachstum solcher Fähigkeiten, die für unser Wohl-Sein



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

und für das Gemeinwohl von entscheidender Bedeutung sind, können nicht Dritte leisten; es lässt sich weder durch Kauf noch durch Konsum erreichen, sondern nur dadurch, dass man diese Eigenkräfte übt und praktiziert.

c) Weitere Merkmale einer Orientierung am Sein bzw. am Haben

Neben diesem zentralen Merkmal der Orientierung am Sein, nämlich dass sie menschliches Wachstum befördert und deshalb eine Aktivierung des Menschen bedeutet, während die Orientierung am Haben zu einer Abhängigkeit von aktivierenden Stimulanzen und damit in Wirklichkeit zu einer „Passivierung“ und zu einem Mangel an Lebendigkeit des Menschen führt, lassen sich noch eine Reihe anderer Wirkungen benennen, die als Indikatoren dafür gelten können, ob die Antriebskräfte des Menschen am Haben oder am Sein, ob sie produktiv oder nicht-produktiv orientiert sind.

Gier und Antagonismus vs. Genügsamkeit und Solidarität

Wer sich vom dem her bestimmt, was in den Menschen hineingeht, möchte immer viel haben, mehr haben, am meisten haben. Zum Haben gehört deshalb die Gier. Diese Habgier ist unersättlich im doppelten Sinn des Wortes: Ein gieriger Mensch hat immer ein übersteigertes Verlangen und unbegrenzte Wünsche, und er wird bei aller Befriedigung seiner Gier nie satt, weil das Haben ihn nicht wirklich befriedigt und seine innere Leere nicht wirklich überwinden kann.

Wenn die meisten immer nur mehr zu haben wünschen, bleibt es nicht aus, dass die meisten Menschen auch eine Angst vor der aggressiven Absicht ihrer Umwelt entwickeln, Opfer der Gier der anderen werden. Auf diese Weise etabliert sich ein ständiger *Antagonismus*, eine Feindseligkeit unter den Menschen, für die dann tatsächlich gilt: *homo homini lupus*. Diese mit dem Haben einhergehende Feindseligkeit unter den Menschen bekommt ihre wirkliche Gefährlichkeit zunehmend dort, wo es nicht nur um einen Wettstreit der Konsumgüter und des Eigentums geht, sondern wo es um das Lebensrecht und die Überlebenschance von Flüchtlingen geht.

Menschen, die am Sein orientiert sind, sind nicht darauf aus, auf Kosten anderer mehr haben zu wollen; sie haben auch nicht das Bedürfnis, sich von ihnen durch Macht, Reichtum, Privilegien usw. abzugrenzen, soziale Gegensätze aufzurichten und Ungerechtigkeiten als etwas Normales anzusehen, weil sie jene Gegenstände



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

und Werte, die das Leben attraktiv und lebenswert machen, nicht privatisieren und zum Mittel der Selbstbehauptung umfunktionieren wollen. Im Gegenteil, sagt Fromm²: „Nichts vereinigt Menschen mehr (ohne ihre Individualität einzuzengen) als ihre gemeinsame Bewunderung und Liebe für einen Menschen oder wenn sie durch einen Gedanken, ein Musikstück, ein Gemälde oder ein Ritual verbunden sind oder gar das Leiden teilen.“

Es ist die Weisheit aller großen religiösen, politischen und philosophischen Bewegungen, dass nur die Erfahrung des Teilens die Beziehung zwischen Menschen lebendig hält, und die Menschen zugleich eine Genügsamkeit spüren lässt: dass sie *genug* zum Leben haben (und deshalb auch am Ende des Lebens das Leben hergeben können). *Genügsamkeit* und *Solidarität* sind Indikatoren einer Lebenspraxis des Seins im Gegensatz zum antagonistischen Prinzip des Wettkampfs und des Siegen-Müssens, der Absonderung und Hierarchisierung bei einer Lebenspraxis des Habens.

Freude vs. Vergnügen

Von den von Fromm selbst in „Haben oder Sein“ dargestellten Merkmalen³ soll hier noch eines erwähnt werden, das besonders heute von Bedeutung ist: die Genussorientierung (*enjoyment*) und die Suche nach Vergnügungen (*pleasure*) als Merkmal der Orientierung am Haben und die Fähigkeit zur von Innen kommenden Freude (*joy*), die sich bei einer Orientierung am Sein einstellt.

Egal, um welche Art von Vergnügungen und Genusserfahrungen es geht, kennzeichnend ist immer, dass das Erstrebte Spaß macht, aber keine nachhaltige Freude auszulösen imstande ist. Der Spaß und das Vergnügen sind wie ein Strohfeder. Eine weitere Eigenart des Vergnügens ist, dass der Reiz des Vergnügens

² *Haben oder Sein. Die seelischen Grundlagen einer neuen Gesellschaft*, in Erich Fromm-Gesamtausgabe (GA) Band II, S. 352.

³ Ein signifikantes *Sicherheitsstreben* bei der Orientierung am Haben und die Fähigkeit, *mit Unsicherheiten leben* zu können bei der Orientierung am Sein (in: *Haben oder Sein*, a.a.O., S. 349-352); ein verschiedenes Verständnis von *Sünde* und *Vergebung*) a.a.O., S. 355-359); beim Haben-Orientierten lässt sich eine spezifische *Angst vor dem Sterben* ausmachen, während für am Sein orientierte Menschen eine spezifische *Bejahung des Lebens* typisch ist (a.a.O., S. 359f.); und schließlich zeigen sich signifikante Unterschiede im *Zeiterleben* und im Umgang mit Vergangenheit und Zukunft (a.a.O., S. 360-362).



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

gesteigert werden muss, um noch Spaß zu machen und etwas Lustvolles dabei erleben zu können. Auch hier spielt das „Unersättliche“ der Orientierung am Haben eine Rolle.

Der Versuch, die Bedeutung der Frommschen Alternative „Haben oder Sein“ zu skizzieren, soll hier nicht weitergeführt werden. Die Bedeutung lässt sich nur adäquat fassen, wenn man sie in den Kontext der Charaktertheorie Erich Fromms stellt und sie als Wertungen im Blick auf die Wirkungen einer produktiven oder nicht-produktiven Charakterorientierung versteht. Für diese Orientierungen gilt, dass sie nur als Alternative gedacht werden können: Je mehr ein Mensch aus seinen körperlichen, seelischen und geistig-intellektuellen Eigenkräften lebt und diese praktiziert, desto stärker prägt sich diese produktive Orientierung aus. Umgekehrt gilt für die nicht-produktive Orientierung am Haben, dass sie sich in dem Maße verstärkt, indem der Mensch seine ihm eigenen Kräfte nicht praktiziert, und sich statt dessen an nicht eigenen, fremden Kräften orientiert. Man kann deshalb nur entweder mehr an der einen oder an der anderen Ausrichtung orientiert sein, auch wenn stimmt, dass in den meisten Menschen beide Orientierungen spürbar sind. Entscheidend ist – ähnlich wie beim Seilziehen –, welche Orientierung die stärkere ist.

4. Die Aktualität der Alternative „Haben oder Sein“

Im nun folgenden Teil möchte ich noch der Frage nachgehen, welche Bedeutung die Orientierung am Haben bzw. am Sein *heute*, vierzig Jahre nach Erscheinen des Buches *Haben oder Sein*, konkret hat und inwiefern sie noch aktuell ist. Für viele Beobachter entwickelt sich derzeit eine neue Kultur: eine Kultur des Teilens und Verbundenseins vor allem in der Generation junger Erwachsener, die zunehmend kein Auto mehr besitzt und sich weder durch Wohneigentum noch Familiengründung binden will. Ist nicht die gegenwärtige Erlebniskultur und Genießerkultur, Fitness- und Yogakultur eine Revolution von unten – gegen die Orientierung am Haben und für eine Orientierung am Sein? Menschen wollen sich heute nicht mehr abgrenzen, sondern dabei sein, verbunden sein, Zugang haben; sie wollen das Leben nicht privatisieren, sondern gemeinsam erleben und an Erlebnissen Anteil haben. Zu teilen – *to share* – ist angesagt! Das klingt wie ein Durchbruch vom Haben zum Sein.

Auch in dieser Situation ist es gut, statt sich an bestimmten Verhaltensäußerungen zu orientieren, mit Fromm nach den sozialcharakterlichen Grundstrebungen



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

zu fragen, die heute von vielen Menschen ausgelebt werden. Was glauben heute Menschen unbedingt haben zu müssen, um sein zu können? Über welche Gegenstände des Habens, materielle und immaterielle, vor allem aber mediale Gegenstände des Habens, glauben wir heute unbedingt verfügen zu müssen? Die entscheidende Frage ist auch heute, ob die aktuellen Gegenstände des Habens uns dazu bringen, dass wir von ihnen abhängig werden, so dass wir immer weniger aus unseren eigenen geistigen, emotionalen und körperlichen Kräften schöpfen – und damit unsere Selbstwertung vernachlässigen.

a) Die heute bevorzugten Gegenstände des Habens

Die neuen Strebungen des Sharing, des Partizipierens und der Connectedness, die wie der Durchbruch vom Haben zum Sein aussehen, lassen sich einer Sozialcharakter-Orientierung zuordnen, die in den letzten dreißig Jahren im Zuge der digitalen Revolution, der elektronischen und sozialen Medien sowie der Vernetzungsmöglichkeiten immer dominanter wurde. Diese technischen Errungenschaften haben Entgrenzungsmöglichkeiten geschaffen, die die Menschen immer mehr spüren lassen, wie begrenzt ihre eigenen menschlichen Möglichkeiten sind – wie beschränkt ihr Wissen, ihr Denken, ihre kognitiven Wahrnehmungen, ihr Gefühlserleben, ihr Interesse, ihre Selbstwirksamkeit, ihre Leidenschaftlichkeit oder ihre logistischen oder kommunikativen Fähigkeiten sind.

Auf Schritt und Tritt erfahren sie, dass sie mit dem Einsatz der heutigen technischen Möglichkeiten um Vieles mehr vermögen, als sie je aus eigenen Kräften hervorbringen könnten. Mit einem Smartphone sind sie nicht nur jederzeit und an jedem Ort mit anderen Menschen verbunden; sie können auch über das Wissen aller Bibliotheken der Welt verfügen und augenblicklich in Erfahrung bringen, wie sie mit Bus, Bahn oder Auto am schnellsten oder günstigsten von A nach B kommen. Und sie können jederzeit in den sozialen Netzwerken Trost, Rat, Mitgefühl bekommen und sich Freunden nahe fühlen.

Aber nicht genug damit. Mit Hilfe von Programmen und Persönlichkeitstrainings sind wir heute imstande, uns selbst neu zu erfinden und die uns umgebende und die eigene Wirklichkeit neu, besser, eindrucksvoller, kompetenter zu gestalten. Es überrascht deshalb nicht, dass immer mehr Menschen die sie umgebende Wirklichkeit und sich selbst neu erfinden und erleben möchten bzw. an angebotenen Wirklichkeitskonstruktionen und Erlebniswelten teilhaben wollen. Sie wollen vor allem selbst bestimmen, wer sie sind und was sie können, und zwar nicht



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

auf Grund der vorgegeben begrenzten eigenen Möglichkeiten, sondern mit Hilfe des heute zur Verfügung stehenden technischen Vermögens.

Ich habe diese neue Charakterorientierung den selbstbestimmten, „ich-orientierten Charakter“ genannt⁴, weil er selbst bestimmen will, was Wirklichkeit ist und weil er ohne Rücksicht auf Vorgaben und Maßgaben anderer leben will. Dieser Wunsch, Wirklichkeit neu und anders zu erleben, wird vor allem hinsichtlich der eigenen Person, des eigenen Denkens und Fühlens spürbar. Man will sich nicht mehr mit seinen eigenen Gefühlen, Antriebskräften und Fantasien zufrieden geben, kann man sich mit ihnen doch nur begrenzt und eingeschränkt erleben. Warum nicht die eigene Persönlichkeit *neu konstruieren*? Warum nicht an den vielfältig angebotenen Erlebnisangeboten *Anteil haben*? Warum nicht lieber die dramatisch in Szene gesetzten Gefühle der Unterhaltungswelt *mitfühlen*, statt sich mit seinem popeligen Leben und mit den oft negativen Gefühlszuständen ablagen zu müssen?

Um an den angebotenen Erlebniswelten teilhaben zu können, muss man diese heute nicht mehr besitzen. Das Haben-Wollen zielt nicht auf den Erwerb von Eigentum, sondern auf das Zugang-Haben zu diesen Erlebniswelten, um verbunden zu sein, um dabei zu sein und um Anteil zu haben. Das, was die Menschen unbedingt haben möchten, ist der Zugang zum technischen Vermögen und das dadurch ermöglichte Verbundensein mit einer sie belebenden Wirklichkeit. Immer mehr Menschen spüren ein Selbstgefühl und das Bezogensein auf andere nur noch, wenn sie über die technischen Voraussetzungen verfügen können, mit deren Hilfe sie belebt werden und durch die sie mit sich, mit anderen und mit der Wirklichkeit verbunden sind.

Heute gilt auf weiten Strecken: Man lebt und ist, wenn man etwas *er-lebt* und wenn man *be-lebt* wird, wenn man also *a-nimiert* wird, *in-spiriert*, *unter-halten*, *er-freut*, stimuliert wird und interessiert *gemacht* wird. Die Kultur des Genießens, die derzeit auf allen Werbeplattformen feilgeboten wird, meint ein *en-joyment*, ein Zur-Freude-Bringen und Gebrachtwerden durch alle möglichen Konsumangebote und hat mit einer von innen kommenden Freude nichts zu tun. Auch das

⁴ Vgl. R. Funk, *Ich und Wir. Psychoanalyse des postmodernen Menschen*, München (dtv) 2005, sowie: R. Funk, *Der entgrenzte Mensch. Warum ein Leben ohne Grenzen nicht frei, sondern abhängig macht*, Gütersloh (Gütersloher Verlagshaus) 2011 und ders., *Entgrenzung des Menschen*, Freiburg (Centaurus Verlag) 2012.



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

Schlüsselwort der feministischen Befreiungsbewegung, *em-powerment*, hat heute wenig mit der Stärkung des eigenen Gender-Selbst zu tun, als vielmehr mit einem sich Stark-Machen-Lassen.

Das Erleben des Eigenen ist nicht das Ergebnis der Praxis der kognitiven und emotionalen Eigenkräfte, sondern resultiert aus dem Gebrauch und der Anwendung des technischen Vermögens. Um diese Entwicklung in die Sprache von *Haben oder Sein* zu übersetzen: Das eigene *Sein* wird nicht als Praxis der schöpferischen Eigenkräfte wahrgenommen und verstanden, sondern als etwas dem Menschen Äußerliches, das die Belebungsindustrie anbietet und zu dem man *Zugang haben* muss, um sich lebendig zu spüren. Die Devise heißt nicht Orientierung am eigenen Inneren und was aus diesen inneren Antriebskräften hervorgeht, sondern Außer-Orientierung und Orientierung an dem, was in den Menschen hineingeht.

Im Blick auf diese, vor allem durch die digitale Revolution bewirkte Änderung der begehrten Objekte des Habens lässt sich die aktuelle Bedeutung der Orientierung am Haben oder am Sein als Alternative des Gebrauchs von *technischem* statt von *menschlichem* Vermögen fassen.

b) Orientierung am gemachten Vermögen oder am menschlichen Vermögen

Seit Erfindung der ersten Werkzeuge hat der Mensch sowohl mit seinem *menschlichen* Vermögen als auch mit dem Vermögen des von ihm Fabrizierten (also mit *gemachtem* Vermögen) Wirklichkeit hergestellt und gestaltet. Unter *menschlichem* Vermögen werden, wie bereits angedeutet, neben den körperlichen, handwerklichen und geistig-intellektuellen Fähigkeiten vor allem die psychischen, das heißt die kognitiven, emotionalen, intuitiven und imaginativen Fähigkeiten des Menschen verstanden.

In der Vergangenheit hat das *gemachte* Vermögen in Form von Werkzeugen, Maschinen und Techniken zweifellos immer mehr an Bedeutung gewonnen. Man denke nur an die großen industriellen Revolutionen und Modernisierungsschübe, die mit der Nutzung der Dampfkraft, der Elektrizität, der Telefonie und schließlich der Digitalisierung einhergingen. Der Mensch vermochte immer mehr dank seiner Erfindungen und des Einsatzes von *gemachtem* Vermögen. In all den Jahrhunderten aber wurde die Praxis seiner kognitiven, emotionalen und affektiven Eigenkräfte durch den zunehmenden Einsatz *gemachten* Vermögens nie ernsthaft



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

in Frage gestellt.

Heute jedoch wird von immer mehr Menschen erwartet, dass sie sich selbst als Person auch neu erfinden – dass sie zum Beispiel immer nur freundlich, kooperativ, fair, wertschätzend, leistungsorientiert und motiviert sind, keine Minderwertigkeitsgefühle kennen und keine Aggressionen gegen andere zeigen. Um eine solche – wie man heute sagt – „mentale“ Neukonstruktion der Persönlichkeit herzustellen, gilt es, die gewachsene psychische Struktur mit all ihren Begrenztheiten zu de-aktivieren – sozusagen ein Deaktivierungs-Häkchen vor allem zu machen, was an eigene Begrenztheiten und Widerständigkeiten erinnern könnte.

Mit der entgrenzungsbedingten De-Aktivierung psychischer Vorgegebenheiten stehen allerdings auch Fähigkeiten und Funktionen nicht mehr zur Verfügung, die bisher mit der psychischen Strukturbildung gegeben waren. Dafür aber wurden mit dem Siegeszug der digitalen Technik und der elektronischen Medien neue *Psycho- und Sozialtechniken entwickelt, mit deren Anwendung* der Mensch auch in den Bereichen, die den Eigenkräften vorbehalten waren, um vieles mehr vermag.

Mit Persönlichkeitstrainings und entsprechenden Selbstmanagementprogrammen lassen sich die Selbstwahrnehmung und die eigene Willensbildung optimieren, erwirbt man sich soziale Kompetenzen, steigert man seine Kommunikations-, Konflikt- und Lernfähigkeit und eignet man sich Führungsqualitäten an. Was Psychotechniken im Bereich der Persönlichkeitsbildung leisten, machen Sozialtechniken im Bereich des menschlichen Zusammenlebens und der Organisation des Sozialen möglich.

Wer sich am *gemachten* Vermögen orientiert und dabei sein *menschliches* Vermögen deaktiviert und zu ersetzen versucht, dessen ureigene Gefühle sollen dann durchaus *gemachte* Gefühle sein. Sein Denken orientiert sich an Vorgegedachtem, seine Fantasie an vorgebildeten Vorstellungen, sein Urteil entspricht dem Resultat der öffentlichen Meinungsbildung durch Leitmedien (wie etwa die BILD-Zeitung). Er will bewusst durch eine *gemachte* Persönlichkeit beeindrucken; sein Beziehungserleben soll von *gemachten* Interaktionen gesteuert sein; die Kindererziehung hat nicht die von Mutter und Vater zu sein, sondern die von der Zeitschrift *Eltern* und psychologischen Ratgebern *gemachte* und von den Eltern zur Anwendung gebrachte.

So sehr es also danach aussieht, dass das *menschliche* Vermögen in allen Be-



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

reichen durch das *gemachte* Vermögen ersetzt werden soll, so stellt dies nicht notwendig die einzige Möglichkeit des Umgangs mit *gemachtem* Vermögen dar. Man kann das *gemachte* Vermögen auch dazu nutzen, sein *menschliches* Vermögen zu potenzieren und unter Einsatz der technischen Möglichkeiten zu üben und zu praktizieren. Das eigene musikalische Talent lässt sich durchaus damit üben, dass man mit Hilfe eines Synthesizers neue Klangwelten hervorbringt. Und mit einem Operationssimulator lassen sich falsche chirurgische Eingriffe vermeiden lernen, wie es im realen Leben nie möglich wäre. Auch gibt es keinen Zweifel daran, dass man mit Dating-Portalen die Frau oder den Mann des Lebens finden kann.

Das Problem ist nicht das *technische* Vermögen und seine Nutzung; entscheidend ist auch hier, welche Wirkung von seiner Nutzung ausgeht und was die Nutzung mit den eigenen Fähigkeiten des Denkens, Fühlens, Entscheidens, Wollens oder Imaginierens macht. Wie bei der Alternative *Haben* oder *Sein* geht es auch bei der Alternative *gemachtes* oder *menschliches* Vermögen nicht darum, das Haben bzw. das gemachte Vermögen aus der Welt schaffen zu wollen. Wir können in vielen Hinsichten ohne das Haben und das gemachte Vermögen kaum überleben. Es geht auch hier um die Frage, woran der Mensch sein Herz hängt und wie sehr das *gemachte* Vermögen sein *menschliches* Vermögen zum Verschwinden bringen soll oder zur Entfaltung bringen will. Und es geht darum zu erkennen, wie sehr unser Wirtschaftssystem darauf aus ist, die Menschen vom *technischen* Vermögen ihrer Produkte abhängig zu machen. Man muss sich nur einmal die Werbung unter diesem Aspekt anschauen.

Auch auf die Frage, wie man dieser Übermacht eines den Menschen immer abhängiger machenden Wirtschaftssystems gegensteuert, kann ich hier nicht näher eingehen. Dennoch sollte sich jeder Einzelne seiner eigenen Abhängigkeit vom technischen Vermögen bewusst werden. Auch hat jeder Einzelnen durchaus Möglichkeiten, der Übermacht der Orientierung am Haben in seinem Verantwortungsbereich gegenzusteuern. Hierzu möchte ich abschließend fünf Empfehlungen zum Umgang mit *gemachtem* Vermögen geben. Mit ihnen kann man überprüfen, welche Kraft die Orientierung am Sein bei einem selbst noch hat und ob es noch eine *eigene* Aktivität, ein *eigenes* Interesse, *eigene* Ideen und Antriebe, *eigene* Gefühle und Leidenschaften als Ausdrucksweisen einer gelungenen Individuation gibt.



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

c) Empfehlungen zum Umgang mit *gemachtem Vermögen*

(1) Eine erste Empfehlung besteht darin, bei sich selbst zu beobachten, welche *Wirkung* das Wahrnehmen von *Erlebnisangeboten* hat. Lösen sie eine Eigenaktivität aus? Spürt man das Bedürfnis, die Eindrücke auf sich wirken zu lassen, darüber nachzudenken, sich mit anderen darüber auszutauschen? Hat man das Gefühl, von dem Erlebten erfüllt und aktiviert zu sein, oder stellt sich relativ schnell eine Leere und der Wunsch nach Mehr ein?

(2) Eine zweite Empfehlung betrifft die sogenannten „spontanen“ *Bedürfnisse und Wünsche*, etwas erleben zu wollen oder sich unbedingt etwas gönnen zu müssen. In welchen Gefühlssituationen oder angesichts welcher Schwierigkeiten oder Anforderungen tauchen solche „spontanen“ Wünsche bei einem auf? Was soll mit ihrer Befriedigung vermieden oder umgangen werden?

(3) Eine dritte Empfehlung ist, *sich* immer wieder *Entzugserfahrungen auszusetzen*, und zwar nicht, um sich im Verzicht zu üben, sondern um herauszufinden, welchen Stellenwert das Animiert- und Unterhaltenseinwollen durch Gefühlsangebote, Erlebniskulturveranstaltungen oder das Leben in sozialen Medien für einen haben. Es gibt hier eine sehr erhellende Überprüfung: Man muss sich nur ein Wochenende ohne elektronische Medien oder gar ein Wochenende ohne Elektrizität (und zwar auch ohne Akku-Elektrizität) vorstellen – was dann mit einem geschehen würde. Dies vermag einem schlagartig deutlich zu machen, ob man mit sich und anderen noch etwas anfangen kann und also noch aus körperlichen, seelischen und geistigen Eigenkräften schöpfen kann.

(4) Eine vierte Empfehlung ist das *gezielte Üben und Praktizieren* der wenn auch begrenzten *eigenen Kräfte*. Bei den körperlichen Eigenkräften hat dies für uns alle noch eine große Plausibilität, weil wir unmittelbar spüren: Wer rastet, der rostet. Gleiches gilt aber auch für unsere geistigen und psychischen Eigenkräfte. Auch hier gilt: „Use it or loose it!“ Wer seine Vorstellungsfähigkeit nicht mehr übt, weil er nur noch angebotene und ins Bild gesetzte Fantasien konsumiert, der büßt mangels Praxis mit der Zeit seine eigene Imaginationskraft ein und wird fantasieelos. Wer sich nicht mehr darin übt, seine begrenzte Fähigkeit, anderen zu vertrauen, zu üben, wird die Fähigkeit zu vertrauen verlieren, wird immer misstrauischer werden bzw. das Misstrauen mit überzogenen Sicherungsmaßnahmen kompensieren. Wer seine Fähigkeit, zärtlich zu sein, nicht praktiziert, wird sie verlieren. Und wer immer nur noch Positives denken und fühlen will und sich nicht



For personal and scientific use only. Any kind of re-publication and commercial use requires written permission. Copyright by Rainer Funk: frommfunk@gmail.com.

Nutzung nur für persönliche und wissenschaftliche Zwecke. Jede Wiederveröffentlichung und kommerzielle Nutzung bedarf der schriftlichen Erlaubnis. Rechte bei Rainer Funk.

mehr darin übt, der immer ambivalenten Realität ins Auge zu schauen, wird alles Bedrohliche und Belastende bei sich und in seiner Umwelt zu leugnen versuchen.

(5) Eine fünfte Empfehlung betrifft einen besonders wunden Punkt: Der gesteigerte Wunsch nach Erlebnissen und inszenierten und virtuellen Wirklichkeiten dient den meisten Menschen dazu, in illusionäre Welten einzutauchen, in denen es entweder keine Probleme gibt oder in denen solche Konflikte stellvertretend ausgelebt werden, denen man sich selbst emotional nicht stellen kann. Die Fähigkeit, sich Konflikten und Schwierigkeiten zu stellen, aggressiv zu sein oder sich zum eigenen Versagen bekennen zu können, ist jedoch eine ganz wesentliche Voraussetzung, um Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen. Wo immer es deshalb noch gefühlte Auseinandersetzungen gibt und man sich ihnen stellen kann (und zwar nicht nur in der Anonymität des Internets), hat man den Zugang zu seinen eigenen begrenzten Kräften noch nicht verloren.

Ich schließe mit einem Wort von Fromm, das er in dem Radiobeitrag „Überfluss und Überdruß“, über die „produzierten Bedürfnisse“ gesagt hat: „Ich glaube, der Mensch ist nur er selbst, wenn er sich äußert, wenn er die ihm innewohnenden eigenen Kräfte ausdrückt. Wenn das nicht geschieht, wenn er nur „hat“ und benützt, statt zu „sein“, dann verfällt er, dann wird er zum Ding, dann wird sein Leben sinnlos. Es wird zum Leiden. Die echte Freude liegt in der echten Aktivität, und echte Aktivität ist der Ausdruck, ist das Wachstum der menschlichen Kräfte.“⁵

⁵ E. Fromm, *Über die Liebe zum Leben*. Rundfunksendungen hg. von Hans Jürgen Schultz, München (Deutscher Taschenbuch-Verlag, dtv 34706) 2011, S. 27.