

# Protokoll zum Vortrag von Dr. Reiner Manstetten

---

am 13.02.2014

Protokollant: Sebastian Bayer ([sebastian.bayer2@student.kit.edu](mailto:sebastian.bayer2@student.kit.edu))

## Nachhaltigkeit, Ethik und Spiritualität

Nachhaltigkeit ist weit verbreitet. Yoga auch. Aber die Kombination nicht. Daher soll der Vortrag eine Brücke zwischen der Theorie der Nachhaltigkeit und der praktischen Anwendung bauen.

### Zum Dozenten:

- Hat mitgeholfen den Antrag für die Schule der Nachhaltigkeit zu schreiben
- Zen-Lehrer
- Gibt Übungen in der christlichen Kontemplation, geht Yoga, etc. also aus einer christlichen Richtung an
- Doktor der Philosophie (Doktorarbeit über Meister Eckhard)
- Habilitiert in der VWL

### Übung – 3 Minuten Stille

#### Nachhaltigkeit

Im Lexikon wird Nachhaltigkeit kaum mit Begriffen wie Yoga definiert, sondern folgendermaßen definiert:

*Eine Entwicklung ist dann nachhaltig, wenn eine Generation ihre Bedürfnisse so befriedigt, dass die Befriedigung der Bedürfnisse einer kommenden Generation nicht gefährdet wird*  
– Grundlandreport (1987)

Das klingt zunächst mal sehr formal. Hinter dieser Definition stecken außerdem lange Debatten, und vor allem Angst und Sorge. Anfang der 70er hatten Menschen Angst, dass die Menschheit ihre Ressourcen so auffrisst, dass bald nichts mehr da ist (vergleiche dazu den Bericht des „Club of Rome“, „Ölpreisschock“ und „autofreie Sonntage“).

Diese Ängste stecken hinter dem damals verwendeten Begriff „Sustainability“, was mit nachhaltiger Entwicklung übersetzt wurde. Dieser Begriff besagt also, dass man die Ressourcen der Erde verantwortlich nutzen muss, also so dass genug übrig bleibt.

Dieser Begriff führte allerdings schnell zu einem Dilemma. Es gibt Ressourcen die nicht nachwachsen – zum Beispiel fossile Brennstoffe. Es stellt sich also die Frage, ob man wirklich dauerhaft nachhaltig so leben kann wie wir derzeit in Deutschland oder den USA leben. Schließlich sind die fossilen Ressourcen ja irgendwann weg. Obwohl sich einiges getan hat, z.B. die Energiewende, steht diese Frage weiter im Raum.

#### Ein Ansatz für das Nachhaltigkeitsproblem

Es gibt derzeit etliche Herausforderungen, die im Zusammenhang mit diesem Nachhaltigkeitsgedanken stehen, z.B.:

- den Klimawandel
- den Mangel an sauberen Wasser

- den Artenschwund
- die Versiegelung fruchtbarer Böden (z.B. durch Megacities, die ja genau dort gebaut wurden, wo die fruchtbarsten Böden waren)

Will man als Wissenschaftler diese Herausforderungen lösen, geht man üblicherweise wie folgt vor:

- Man erhebt Daten, die das Problem und seine Dimension messbar machen
- Man erstellt eine Theorie, um Lösungsansätze für das Problem evaluieren zu können
- Man schaut sich mögliche Alternativen an

Bei dieser Herangehensweise stellt man sich die Menschheit als Ingenieursbetrieb vor. Es sind also nicht alle Menschen Ingenieure, aber die Menschheit wird von den richtigen Ingenieuren gesteuert und die werden das schon machen, diese Probleme also schon lösen.

Gegen diese Sichtweise ist zunächst mal gar nichts einzuwenden, kann aber zu Problemen führen.

### **Probleme mit diesem Lösungsansatz**

Es gab bereits 1986 einen Artikel im Spiegel über den Klimawandel („die Klimakatastrophe“), in dem es hieß, dass man pro Jahr nur 5% CO<sub>2</sub> einsparen müsste, um den Klimawandel stark abzuschwächen (also etwa um 20Mio Tonnen im Jahr).

Daraufhin wurden einige Konferenzen gehalten und Abkommen geschlossen, beispielsweise in Kyoto, Rio und Johannesburg. Es gab auch die Zertifikatslösung der EU.

Dennoch hat das nichts genützt und statt 20 Millionen Tonnen, sind es jetzt 32 Millionen Tonnen.

Das Versagen dieser Lösungsansätze macht einen nachdenklich und es stellt sich die Frage, ob ingenieurwissenschaftliche Ansätze wirklich der richtige Weg zu einer nachhaltigen Entwicklung sind oder ob da nicht etwas ganz ganz entscheidendes fehlt.

Das Problem liegt nicht im ingenieurwissenschaftlichen Ansatz selbst. Dieser ist schon richtig, lässt aber den Menschen außer Acht. Das Problem bleibt also im Kopf. Man weiß jetzt zwar, dass man kein Auto fahren sollte, fährt aber trotzdem. Man hat dabei dann halt ein schlechtes Gewissen.

Es gibt also eine Dissonanz zwischen abstrakten Normen, was gut ist und einer Verhaltensänderung des Menschen. Daher bedarf dieses Vorgehen einer Ergänzung.

### **Ein anderer Lösungsansatz**

Das wurde auch in der Nachhaltigkeitsdebatte früh bemerkt. Nach „Gut leben, statt viel haben“ von Angelika Zahrt (Vorsitzende BUND) ist Nachhaltigkeit flach, wenn sie nur in der Zukunft liegt. Nachhaltigkeit muss etwas mit dem gegenwärtigen Leben der Menschen zu tun haben.

„Gut leben“ kommt auch aus der philosophischen Ethik, beispielsweise von Aristoteles. Diese klassische Ethik fragt: Was braucht der Mensch zu einem guten Leben.

Dabei steht „gut“ allerdings weder für „bequem/angenehm“ noch für „moralisch gut“. Viel mehr handelt es sich dabei um ein Konzept, das schon den alten Griechen bekannt war. In deren Gedankengut war es schlicht unmöglich zu sagen, dass es einem selbst gut geht, während woanders Menschen hungern. Dasselbe gilt für ein Leben in dem es einem selbst gut geht, aber nach dem die

eigenen Kinder und Enkel nicht mehr gut leben können. Der Mensch ist also ein Gemeinschaftswesen und Glück ist ein Gemeinschaftsgefühl.

Außerdem ist man nicht einfach so glücklich. Glücklich sein ist viel mehr eine Tugend, die man erst erlernen muss.

### **Effi Briest und die Nachhaltigkeit**

Auch in Effi Briest kommt das Wort Nachhaltigkeit vor und man sieht dort wie Nachhaltigkeit und Ethik zusammenhängen. Sichtbar wird das zum Beispiel im Satz „Ihr fehlte die Nachhaltigkeit und alle guten Anwendungen gingen wieder vorüber“. Diesen Zustand ändert sie auch nicht: „Heute, weil sie es nicht ändern konnte, morgen, weil sie es nicht ändern wollte.“

Wir haben hier also einen direkten Bezug zwischen Nachhaltigkeit und Ethik. Obwohl in einem klassischen Tugendkatalog Nachhaltigkeit nicht vorkommt.

Die politischen Entscheidungen in Sachen Nachhaltigkeit, haben daher einige Parallelen zu Effi Briest. Heute so, morgen so. Je nachdem wie die Stimmungslagen sind. Beispiel: Versuche den Flächenverbrauch pro Jahr zu reduzieren. Da kann man nur sagen: „Ihr fehlt die Nachhaltigkeit“.

In diesem Roman sieht man auch, dass „gutes“ Leben die Nachhaltigkeit mehr braucht, als die Regeln. Auch Aristoteles wusste: Es geht nicht um die richtigen Regeln, sondern um Charakterbildung. Obwohl natürlich ein gefestigter Charakter diese Regeln braucht. Dennoch nützt die Nachhaltigkeit ohne Festigkeit des Charakters wenig.

### **Mit sich selbst befreundet sein**

Von Aristoteles stammt der Ausspruch:

*Der Mensch muss lernen mit sich selbst befreundet zu sein*

Dabei versteht Aristoteles unter Freundschaft selbst etwas Nachhaltiges. Denn es gibt Freundschaften, die auf Lust oder gegenseitigem Nutzen aufbauen, aber diese halten nicht lange. Eigentliche Freunde sind also nur die, die sich gegenseitig gutes Leben geben.

Dies hatte auch schon Blaise Pascal erkannt, der meinte

*Das Elend der meisten Menschen kommt daher, dass sie es nicht mal zwei Stunden allein in einem Zimmer aushalten.*

In der heutigen Zeit muss man dazu natürlich noch sagen, dass in diesem Zimmer keine Computer, Handys oder andere Zerstreungen sein sollten.

Aristoteles definiert schlechte Menschen (also nicht moralisch schlechte, sondern eher unglückliche) folgendermaßen:

*Schlechte Menschen sind die, die mit sich selbst im Zwiespalt leben.*

Das kann verschiedenste Gründe haben. Beispiele sind Feigheit oder Trägheit (z.B. beim Zappen beim Fernsehen).

### **Spiritualität**

Über diesen Zwiespalt kommen wir zur Spiritualität.

Vom Wort her bedeutet „spiritus“ (lat.) zunächst Geist oder Hauch. Im Griechischen wird das zum „pneuma“, zum Geist oder Atem.

Im Christentum kann man diesen Geist als den heiligen Geist auffassen, also als ein allgegenwärtiges Leben. Alles Leben ist also in einem Geist verbunden.

Bei der Spiritualität geht es darum dieses allgegenwärtige Leben im eigenen Leben zu erfahren.

Daraus, dass man diese Spiritualität – diesen Atem – erfährt, entsteht die Kraftquelle, durch die Nachhaltigkeit möglich wird. Also genau das, was Effi Briest gefehlt hat.

### **Entfremdetes Leben**

Karl Marx sagte sinngemäß:

*Die meisten Menschen sind deshalb böse, weil sie am eigenen Leben vorbei leben.*

Ein Mensch ist also nicht von Grund auf böse, sondern nur weil er es nicht anders gelernt hat.

Das oben erwähnte „am Leben vorbei leben“ bezeichnet man dabei als „Entfremdung“.

Entfremdung ist dabei zunächst nichts Schlimmes. Beispielsweise kann man kaum eine Unikarriere abschließen, ohne Entfremdung erlebt zu haben.

Zur Spiritualität gehört allerdings, dass man sich dieser Entfremdung bewusst wird. Dass man also sich selbst gewahr wird. Dabei verzichtet die Spiritualität – im Gegensatz zur Ethik – auf ein moralisches Vorzeichen dieser Aussage. Dieser moralische Zeigefinger würde sonst auch nur in einen sich selbst verstärkenden Teufelskreis führen.

Die Spiritualität sagt im Gegensatz zur Ethik, dass es einen Ausweg aus diesem Teufelskreis gibt. Dieser sieht folgendermaßen aus:

- 1) Man wird sich selbst gewahr. Dabei wird nichts beschönigt, aber auch nichts schwarz gemalt. Man ist also ehrlich mit sich selbst.
- 2) Man gibt zu dieser Selbstwahrnehmung kein Urteil und keine Bewertung ab.
- 3) Man entdeckt – wie im Yoga – Potentiale in sich, die frei von diesem schlechten Leben sind. Legt man alles außer diesen Potentialen bei Seite, so legt man auch die Wurzeln, die Ursachen, für dieses schlechte Leben bei Seite.  
Hat man das Schlechte zur Seite gelegt, wird man sich bewusst, dass noch so viel anderes da ist und bricht aus dem Teufelskreis aus.

### **Selbstwahrnehmung und Körperbewusstsein**

Die zentrale Frage der Selbstbefreundung ist die Befreundung des eigenen Körpers.

Wir sind – obwohl wir nicht prude sind – eine körperfremde Kultur, da wir Körper, Seele und Geist nicht in Einheit bringen. Das merkt man zum Beispiel an der Uni. Wenn wir über etwas nachdenken, spielt der Körper dabei keine Rolle und umgekehrt.

Paulus hat in seinem Brief an die Römer bereits erwähnt, dass der Körper Gottesdienst werden soll.

Das passt gut zur östlichen Spiritualität, in der der Körper das Tor zum Gottesdienst ist.

Man sollte also mit dem eigenen Körper befreundet sein. Das ist allerdings nur möglich, wenn man auch mit der übrigen Welt befreundet ist.

### **Askese**

Es stellt sich jetzt natürlich die Frage, woher dann Askese kommt, die ja gerade das Gegenteil zu einem „mit dem Körper befreundet Sein“ ist.

Askese kommt dann zu Stande, wenn man oben erwähnten Teufelskreis nicht vollständig durchbricht. Man wird sich des schlechten Teils in einem selbst bewusst und möchte diesen dann – durch Askese – abtöten. Problem ist, dass das nicht funktionieren kann.

Eine passende Anekdote dazu ist die von Meister Eckhart und seinem Schüler. Meister Eckhart wurde der Ketzerei angeklagt und schließlich getötet. Danach nagelte sich sein Schüler ein Kreuz an den Rücken. Dies trug er so lange, bis ihm ein Engel sagte, dass er mit dem Kreuz einen nur scheinbar einfachen Weg zur Erleuchtung wählt. Er soll aber damit aufhören, und Gott wird ihm dann schon den richtigen Weg zeigen.

### **Beschenkt sein**

Von Meister Eckhard kann man noch mehr lernen. Er meinte zum Beispiel, dass man auf dem spirituellen Weg nicht wie Kaufleute unterwegs sein soll, sondern von Anfang an der Beschenkte sein soll. Man muss also üben, sollte aber nicht erwarten etwas dafür zu bekommen. Sobald man damit aufhört immer etwas zu wollen, merkt man, dass Glück, gutes Leben und Nachhaltigkeit Geschenke sind.

Ein Beispiel für so ein Geschenk ist unser Leib. Wenn man das mal erkannt hat, wird das Leben viel einfacher.

## **Praktische Übungen**

### **Dozentin**

- Frau Seng
- 40 Jahre Yoga-Lehrerin
- 30 Jahre im Bereich Meditation und Kontemplation tätig

### **Theorie**

Die Frage ist, wie man die offene Bewegung „O“ und die Stabilität „|“ zusammen bringt.

Der Körper ist dabei das Gefäß für die Spiritualität, also der Ort, an dem „O“ und „|“ aufeinander treffen.

Wir sind also nicht leibliche Wesen, die eine spirituelle Erfahrung machen, sondern umgekehrt. Yoga ist also ein Weg in diesem Körper anzukommen.

Graf Dürckheim sagte dazu mal „Wir sind das ganze Leben auf der Suche nach unserem persönlichen Atem“. Die Frage wohin unser Einatmen geht und wohin unser Ausatmen bleibt also das ganze Leben eine offene Frage.

„Ich bräuchte nicht auf die Welt zu kommen, wenn es mich schon mal gegeben hätte“ ist ein wichtiger Ausspruch, der zeigt, dass die relevante Frage nach dem Leben nicht ist, ob man wie Moses o.ä. gelebt hat, sondern ob man wie man selbst gelebt hat, sich also nicht entfremdet hat.

## **Abschließende Fragen**

### **Wie begründet man im Antrag zum Zentrum für Nachhaltigkeit am besten Yoga?**

- Die einfache Antwort darauf ist, dass derjenige der den Bericht bewertet selbst mal beim Yoga mitmachen sollte
- Man kann die Wirkung von Yoga nicht wissenschaftlich nachweisen. Daher sind Argumente wie „Mir geht es durch Yoga besser“ nicht möglich.
- Aber: Man kann sich Nachhaltigkeit nicht vorstellen, ohne dass die Menschen mit dem Herzen dabei sind (vergleiche das Autofahren weiter oben).  
Man kann also zumindest zeigen, dass es nicht unvernünftig ist Yoga zu machen.

### **Wer macht einem die oben genannten Geschenke**

- In der christlichen Sicht: Gott. Man muss sich dem einfach anvertrauen und dann macht Gott das schon.
- Allgemein eine „liebende Wirklichkeit“