



Glaubenssachen

Sonntag, 19. Januar 2025, 08.40 Uhr

Für das Leben lernen
Ideen zu einer Schule der Lebenskunst
Von Wilhelm Schmid

Redaktion: Florian Breitmeier
Norddeutscher Rundfunk
Religion und Gesellschaft
Rudolf-von-Bennigsen-Ufer 22
30169 Hannover
Tel.: 0511/988-2395
www.ndr.de/ndrkultur

- Unkorrigiertes Manuskript -

Zur Verfügung gestellt vom NDR

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für private Zwecke des Empfängers benutzt werden. Jede andere Verwendung (z.B. Mitteilung, Vortrag oder Aufführung in der Öffentlichkeit, Vervielfältigung, Bearbeitung, Übersetzung) ist nur mit Zustimmung des Autors zulässig. Die Verwendung für Rundfunkzwecke bedarf der Genehmigung des NDR.

Besuch in einer Schule. Ich bin eingeladen worden, mit den Schülerinnen und Schülern einer 12. Klasse zu sprechen, die auf dem Weg zum Abitur sind und Philosophie als zusätzliches Unterrichtsfach gewählt haben. Worüber wollen wir reden? Ich erzähle ein wenig darüber, wie ich selbst zur Philosophie gekommen bin, da mich Fragen zum Leben und zur Liebe beschäftigt haben, und wie mir das Nachdenken darüber weitergeholfen hat. Erste tastende Rückfragen, dann bricht es nur so hervor: „Was ist Glück, wie viel davon braucht man im Leben? Was ist der Sinn des Lebens und was halten Sie von Gott?“

Wir sprechen darüber, wie wichtig Beziehungen sind, vor allem Liebe und Freundschaft, um Sinn im Leben zu erfahren. Ein Schüler berichtet, dass seine 84-jährige Oma gestorben ist und seine Mutter damit überhaupt nicht zurechtkommt. Wie kann er ihr helfen zu akzeptieren, dass das Leben eine Grenze hat? Und gibt es ein Leben danach? Wie kann man sich das vorstellen? Eine Schülerin will wissen, was ich über Selbsttötung denke und ob ein solcher Schritt „selbstsüchtig“ sei. Die Zeit vergeht wie im Flug. So sei die Klasse noch nie aus sich herausgegangen, meint der Lehrer hinterher.

Jede Schule ist die große Gesellschaft in einer kleinen Nusschale. Es ist nicht egal, was dort und darum herum geschieht. Eltern, Großeltern, Erziehende und Lehrende wirken mit teils sich widersprechenden Wertvorstellungen, Normen, Formen und Verhaltensweisen auf die jungen Menschen ein, in mindestens ebensolchem Maß aber auch Medien aller Art und die Peergroup. Die formelle Bildung wird von der *informellen* getoppt. Die Heranwachsenden beginnen ihrerseits die Gesellschaft zu verändern, indem sie mit ihren Erfahrungen, Fragen, Ideen und ihrem Umgang miteinander das Leben auf eigene Weise erschließen und erfinden, oft konträr zu den Vorstellungen der Erwachsenenwelt. Von Schuljahr zu Schuljahr wird die Gesellschaft eine andere, schon vom ersten Schultag an.

Bildung ermöglicht *Entwicklung*, das gilt für Lehrende wie Lernende. Es liegt im Interesse der Gesellschaft, kein Talent brachliegen zu lassen. Die Fähigkeiten des jeweiligen *Ich* zu fördern, nützt auch dem *Wir*, das darauf angewiesen ist, dass möglichst viele ihre Potenziale freisetzen und damit zu Verbesserungen der Gesellschaft beitragen. Jedes scheinbar kleine Ich, das Chancen für sich erhält, trägt zum größeren Wir bei, das sich mit seiner Hilfe weiterentwickelt. Da sich der größte Ehrgeiz und die besten Ideen oft nicht bei denen finden, die von Hause aus schon über gute Startbedingungen verfügen, kommt es umso mehr darauf an, allen die Möglichkeit zu geben, etwas aus sich und ihrem Leben zu machen und eine Rolle in der Gesellschaft zu finden. Das zu vernachlässigen, rächt sich, denn nicht nur Einzelne zerbrechen, wenn sie keine Chance haben, sondern auch der gesellschaftliche Zusammenhalt.

Eine *Befähigung zur Lebenskunst*, zur bewussten eigenen Lebensführung, ist hilfreich für jedes Ich, in der Folge auch für die Gesellschaft. Mit „Lebenskunstbildung“, wie das der Theologieprofessor Peter Bubmann nennt, wird es möglich, sich im Leben zu orientieren und eigene *Formen* fürs Leben zu finden, um das Vakuum zu füllen, das die

Befreiung von *Normen* der Religion, Tradition und Konvention hinterlassen hat. Gemäß einem *Bild*, das attraktiv erscheint, hilft die *Bildung* bei der Selbstgestaltung und Lebensorientierung. Das Bild für sich zu erarbeiten, geschieht am besten in einem eigenen Schulfach, unwichtig, wie es genannt wird: Philosophieren mit Kindern, Philosophie, Lebensgestaltung, Lebenskunde, Glück, Ethik, Religion. Hier ist Platz für die Fragen, die für die Heranwachsenden bedeutsam sind. Eine Frage treibt junge Menschen aber erfahrungsgemäß in besonderem Maße um, daher ist in der Lebenskunstbildung ausführlich auf die *Frage nach dem Sinn* einzugehen.

Nicht Anweisungen, wie zu leben ist, sind hier Thema, sondern Optionen, die zur Verfügung stehen, immer abgestimmt auf die jeweilige Altersstufe. Es kommt darauf an, die *vier Ebenen* erschließen, die für die Erfahrung von Sinn eine Rolle spielen, sinnlich, seelisch, geistig und transzendent. Leben zu lernen heißt auf der *sinnlichen Ebene*, ein Wissen über die körperlichen Sinne zu gewinnen, die unter dem Einfluss moderner Techniken verkümmern, aber sehr viel zum Sinn im Leben beitragen. Anregungen zum Umgang mit Lüsten, die individuell und in geselliger Form die Lebensfreude fördern, resultieren daraus. Wofür bin ich da? Zu einem guten Teil allein schon dafür, *mich des Lebens zu freuen*, auch wenn das nicht permanent möglich ist. Zum Thema wird insbesondere der Tastsinn, somit die *Berührung* mit all ihren Facetten in erwünschter, aber auch unerwünschter Form, ebenso das Berühren und Berührtwerden durch Blicke, Hörerlebnisse, Gerüche, Geschmackseindrücke.

Auf der *seelischen Ebene* ist sehr viel Sinn in Beziehungen erfahrbar, beginnend mit der *Selbstbeziehung*, die sich für viele nicht von selbst versteht. Wer bin ich? Wer will ich sein oder nicht sein? Welche Rolle spielen *Selfies* für mein Selbstbild? Die Lebenskunstbildung macht mit Selbstkonzepten vertraut, etwa dem cartesianischen Subjekt, das auf das einsame Denken des Ich gesetzt hat: „Ich denke, also bin ich.“ Dem heute vorherrschenden Ideal der „Selbstliebe“, das womöglich zu viel Narzissmus befördert, kann die Idee einer Selbstfreundschaft gegenübergestellt werden. Jeder freundliche Umgang mit sich stärkt die Fähigkeit, das Leben zu genießen, aber auch, auf seine ungenießbaren Seiten gefasst zu sein, um mit schwierigen Situationen, Konflikten, Enttäuschungen, Verletzungen, Krankheiten und letztlich mit dem Tod leben zu können. Anders als die moderne Kultur suggeriert, ist nicht alles nach Belieben „machbar“, manches muss hingenommen werden. Was brauche ich dafür?

Aus guten Beziehungen zu sich und Anderen geht seelischer Reichtum hervor. In „seelischer Armut“ sah ein Schulleiter in Berlin-Neukölln 2024 eine Ursache für gewalttätiges Verhalten. Umso mehr kommt es darauf an, außer dem Umgang mit sich auch den mit Anderen zu erlernen. Wie kann ich *Freunde und Freundinnen* im realen Leben gewinnen? Worin besteht die Erfüllung durch sie? Welche Arten von Freundschaft gibt es, wie ist die Beziehung zu pflegen, mit welchen Problemen ist sie konfrontiert? Die Möglichkeiten und Schwierigkeiten von Freundschaft wie von *Liebe und Familie* lassen sich spielerisch erkunden. Die Theaterpädagogik bietet Rollenspiele an, die ermöglichen, sich selbst im Umgang mit Anderen kennenzulernen, sich in deren Perspektiven hineinzusetzen und damit die Beziehungen zu ihnen besser gestalten zu können. Über den engsten Kreis hinaus wirft der Umgang mit

Anderen auch verstärkt die Frage nach *Umgangsformen* auf, denen ein Wert wie Respekt innewohnt, sodass Formen wie Höflichkeit und Dankbarkeit mehr Achtsamkeit und Aufmerksamkeit zukommen sollte.

Auf der *geistigen Ebene* ist zu erlernen, in Gedanken vieles miteinander zu verknüpfen und mithilfe von Wissen Zusammenhänge zu erkennen, die „Sinn machen“. Die *Wissensfächer* der Schule bieten viel Material dafür, Gründe und Hintergründe zu durchschauen und die eigene Einbettung in gesellschaftliche, geschichtliche und andere Zusammenhänge wahrzunehmen, aber sie müssten auch so aufgebaut sein, dass sie auf die Frage antworten können: Was in meinem Leben verstehe ich besser mit dem Wissen der Biologie, Ökologie, Geographie, Chemie, Physik, Mathematik? *Und Sprachen*: Mit ihnen ist mehr Ich und zugleich mehr Welt zu entdecken. Jede Sprache bringt ein anderes Denken, ein anderes Sein mit sich, eine Bereicherung für jedes Ich, kein Übersetzungsprogramm kann das ersetzen. Diejenigen, die sich auf alte Sprachen wie Latein und Griechisch einlassen, bemerken noch dazu, wie sich damit ganz von selbst eine wohltuende Distanz zur Gegenwart ergibt, über die viele sonst nicht hinauszublicken vermögen.

Die geistige Ebene ist die Plattform der Reflexion, um Fragen zu erörtern, die sich im Leben stellen: Was mache ich, wenn ich in einer Beziehung vor der Wahl zwischen *Gehen oder Bleiben* stehe, anders gesagt, zwischen den Werten von *Freiheit und Bindung*? Es geht nicht nur um die Befähigung, selbst zu denken, sondern auch darum, selbst zu entscheiden und die Verantwortung dafür zu tragen. Wie gehe ich vor, wenn ich mich *nicht* entscheiden kann? Ich kann mich kundig machen, Informationen heranziehen, Erfahrungen sammeln, Andere befragen und allmählich die Sensibilität gewinnen, die mir hilft, eine gut begründete Wahl zu treffen. Im Spiel sind Vorgehensweisen zu erproben, bevor es im Leben ernst wird. Mit besserer Vorbereitung lassen sich dann auch die *existenziellen Akte der Wahl* angehen, bei denen es um die Beziehungen fürs Leben geht: Die Wahl von Freunden und Freundinnen, die Wahl eines Partners oder einer Partnerin, die Wahlverwandtschaften, die Wahlheimat, die Wahl der beruflichen Tätigkeit.

Häufig wird Bildung mit *Wissenserwerb* gleichgesetzt, aber Wissen ist nur ein *Medium* der Bildung. Wenn von einer „Wissensgesellschaft“ die Rede ist, die wünschenswert ist, kann das irreführend sein: Was sollen Menschen mit all dem Wissen anfangen, wenn sie nicht über genügend *Lebenswissen* verfügen, um sich vom Übergewicht des bloß angehäuften Wissens nicht erschlagen zu lassen? Das Wissen ist so umfangreich geworden, die Überschaubarkeit so unmöglich, dass ein *Metawissen* entscheidend ist, das in einer Schule der Lebenskunst vermittelt werden soll: Welches Wissen brauche ich? Wo finde ich es? Wie kann ich, was ich finde, beurteilen? Wie kann ich Wissen von Behauptungen unterscheiden? Wie funktioniert das Kriterium der *Plausibilität*, der Schlüssigkeit, Glaubwürdigkeit und Nachprüfbarkeit?

Eigener Wissenserwerb, etwa durch spielerische Experimente, stärkt die Fähigkeit zur Beurteilung des Wissens, das aus anderen Quellen bezogen wird. Das meiste im Leben lehrt die *Erfahrung*, aber sie ist mit dem erworbenen und herangezogenen Wissen

besser zu verstehen. Verloren wird mit jedem Wissen die glückliche Naivität, gewonnen wird die Fähigkeit, sich selbst ein Urteil bilden zu können. Sich auf die eigene *Urteilsbildung* zu konzentrieren, entlastet das Gehirn davon, Datenbank zu sein. Daten für sich bedeuten nichts, sie bedürfen erst der *Deutung*. Wichtiger als Wissen ist daher die Fähigkeit, Zusammenhänge und Bedeutungen erkennen und einschätzen zu können. In der Auseinandersetzung mit Literatur, Kultur, Geschichte sind die zugehörigen *hermeneutischen* Fähigkeiten zu erwerben, die die Humane Intelligenz (HI) gegenüber Künstlicher Intelligenz (KI) zur Geltung bringen.

Über einen *punktuellen* Wissenserwerb mit Einblicken in den aktuellen Wissensstand und einer Stärkung der Deutungsfähigkeit auf der geistigen Ebene hinaus hat die Schule der Lebenskunst auch die Ausbildung des *praktischen Könnens* auf allen Ebenen im Blick. Fächer wie Kunst und Musik, Ästhetik und Sport regen mit spielerischen Übungen zu eigener Tätigkeit, zum Ausdruck von Gefühlen und zur Entfaltung der Kreativität an. *Ästhetik?* Die Befassung mit der Lehre vom Schönen hilft, eigene Gedanken dazu zu entwickeln: Was ist für mich schön? Wie kann ich selbst für das sorgen, was ich schön finde? Aus dem subjektiv Schönen ergibt sich eine Kraftquelle für das ganze Leben, mit der auch große Schwierigkeiten zu bewältigen sind. Und *Sport?* Neurobiologen wissen, dass Neuronen und Synapsen vor allem durch vielfältige körperliche Bewegung gebildet werden, um dann auch anderen Lernprozessen zur Verfügung zu stehen. Tanzen, Gymnastik, Yoga, Körperspiele aller Art tun dem Ich gut und bringen eine wertvolle Erfahrung der Selbstwirksamkeit mit sich.

Ein eigenes Fach sollte in der Schule der Lebenskunst der *Technik und Wirtschaft* gewidmet sein, soweit einzelne Inhalte dazu nicht ohnehin im Lehrplan vorgesehen sind. Das Fach ist dafür da, *analoge und digitale* Kompetenzen auszubilden. Es verhilft dazu, handwerkliche Fertigkeiten wie Holzbearbeitung, Gärtnern oder Kochen zu entdecken und einzuüben, aber auch mit Elektronik umzugehen, Podcasts zu basteln, Videoclips zu schneiden, mit Textgeneratoren wie ChatGPT zu experimentieren und sich im Programmieren zu versuchen. Probeweise kann ein Konto geführt, eine Steuererklärung ausgefüllt, ein Unternehmen gegründet werden. Kenntnisse in Buchführung sind zu erlangen und auf jede Weise Einblick zu gewinnen, wie Wirtschaft konkret funktioniert. Es geht um ein *Deeper Learning* (ein an der Universität Heidelberg entworfenes Konzept), bei dem die Schülerinnen und Schüler selbst entscheiden, was sie realisieren wollen, und dann selbst zusammentragen, was sie an Wissen und Können brauchen, um etwa einen subtilen Algorithmus zu bauen, der bestimmt, was auf ihrem *Homescreen* erscheint, oder auch nur ein altes Sofa zu *upcyclen*.

Über all das hinaus macht die Schule der Lebenskunst darauf aufmerksam, wie wichtig eine *transzendente Ebene* für die Erfahrung von Sinn im Leben sein kann. *Transzendenz* könnte dieses Fach genannt werden, aber es kann auch bei „Religion“ oder „Religionskunde“ bleiben. Möglichkeiten des Überschreitens sind hier Gegenstand des Lernens. Wo immer ich mich anschiebe, eine Schwelle zu überschreiten (lateinisch *transcendere*), betrete ich andere Räume, eine spielerische Erfahrung des Transzendierens. Beten und Meditieren, aber auch Lieben öffnet den transzendenten

Horizont. Die Überschreitung der fassbaren Wirklichkeit hin zu einer religiösen und kosmischen Unfassbarkeit kann im Denken und Fühlen dorthin führen, wo sich die letzten Fragen stellen, auf die es wohl eher keine letzten Antworten gibt. Wie wirkt sich diese weitestmögliche Öffnung des Horizonts auf das gelebte Leben aus? Kann die religiöse oder säkulare Transzendenz angesichts des Todes Trost bieten? Was hat die Unendlichkeit des kosmischen Raums mit der geglaubten Allmacht eines Gottes zu tun?

Das *Glück*, nach dem mich die Schülerinnen und Schüler eingangs fragten, verliert an Bedeutung, wenn der *Sinn* in den Vordergrund rückt. Zwar wird es als Zufallsglück und gelegentliches Wohlfühlglück im Leben reichlich gebraucht, aber es trägt wenig dazu bei, mit Unglücklichsein und Unglück, mit Melancholie und Depression zurechtzukommen. Mittlerweile sind auch den erfolgreichen Popsongs der *Brats* (der „Gören“) solche Einsichten zu entnehmen. Und wie ist die *Gelassenheit* zu erlernen, die das Leben leichter macht? Die Lebenskunstbildung macht mit dem Spektrum des *Lassens* vertraut, das ihr zugrunde liegt: Gerne auch mal Andere glänzen zu lassen. Mich auf das zu konzentrieren, was ich selbst tun kann, um den Rest Anderen zu überlassen. Mich auf eine Situation einzulassen und Gefühle zuzulassen. Etwas auf sich beruhen zu lassen und „so stehen zu lassen“. Etwas Schmerzliches durch mich hindurchgehen zu lassen. Bei Ärger statt einer lauten Reaktion mir im Stillen lässig zu sagen: „Ihr könnt mich mal! Worüber ich mich ärgere, entscheide ich selbst.“

Der Bildungsprozess, der auf Lebenskunst abzielt, ist nie abgeschlossen. „Leben muss man ein Leben lang lernen“ (*vivere tota vita discendum est*), wusste schon Seneca, der antike Lebenskunstphilosoph. Aber in der Schule der Lebenskunst kann ein Fundament geschaffen werden, das durch das ganze Leben hindurch trägt, um immer wieder neu über die Fragen nachzudenken, die sich stellen. Und sich zu gegebener Zeit an ein paar Dinge zu erinnern, die in der Schule Thema waren und nun im Leben von Bedeutung sind.

* * *

Zum Autor:

Wilhelm Schmid, lebt als freier Philosoph in Berlin. www.lebenskunstphilosophie.de.