

Mitmenschliche GÜTE

Es geht uns gut, wenn wir – bei ehrlicher Betrachtung – in unseren Gefühlen und im Verhalten konkordant sind. Das bedeutet auch, wenn wir in unseren Strebungen u n d in unserem Verhalten deckungsgleich oder stimmig sind. Dann können wir „aus unserer Mitte“ leben und mit dem „Brustton der Überzeugung“ sprechen. Wir fühlen uns dann „in unserer Haut“ wohl... Aus „einem Guss“.

Ich kann mich intellektuell zu bestimmten Werten bekennen – aber es fällt mir unter manchen Umständen sehr schwer, diese Werte im Erleben und Verhalten zu verwirklichen. Woran liegt das? Ist das eine Frage des *W i l l e n s* ? Oder eine Frage der Erkenntnis? Wovon hängt es ab, ob ich „stimmig“ bin? Ich gehe von einem Paradigma aus, das besagt, dass der Mensch einen *freien Willen* hat; dass er *zwischen gut und nicht-gut unterscheiden* kann; also dass „das Gute“ sowohl einen praktischen Wert hat als auch eine eigenständige, unabhängige Existenz besitzt, d.h. die Idee des Guten geht über die materielle Welt hinaus.

Und noch zwei Vorstellungen benenne ich: Der Mensch hat im Umgang mit anderen Menschen u.a. einen *Willen zum Guten*, eine Neigung zur mitfühlenden Fürsorge für andere –schwächere- Menschen (Solidarität). Und zweitens: Er ist zur *Selbstlosigkeit* fähig. Das bedeutet, dass er nicht permanent eine Kosten-Nutzen-Kalkulation anstellt – er ist nicht nur ein zweckrationales Wesen: „Homo oeconomicus“. Und: Er kann und will sich freimachen von der Reziprozitätsnorm: Sie besagt, dass man für etwas, was man erhält, auch Entsprechendes zurückgeben muss –bzw. umgekehrt: Für etwas Gegebenes etwas zurückerwarten darf/soll! Denken wir daran, was Eltern für ihre Kinder tun; voller Wohlwollen und Güte tun wir „alles“ für unsere Liebespartner...

Am Beispiel der **mitmenschlichen Güte** sollen Vorgehensweisen, Güte zu leben, aufgezeigt werden. Einige Beispiele: Einem älteren Nachbarn helfen, Schnee zu fegen o.ä.; eine Spende für Spielzeug an Flüchtlingskinder tätigen; einem Autofahrer bei einer Panne helfen; einem Rollstuhlfahrer im Straßenverkehr beistehen; Knochenmark für kranke Menschen spenden; einem Freund in Nöten zuhören, obwohl man selbst hundemüde ist...; nicht urteilen, sondern nachfragen; etwas an Bedürftige wegschenken, was man gern behalten würde, aber nicht wirklich benötigt....

Mitmenschliche Güte kann als Prinzip bezeichnet werden, das Menschen freiwillig auf ihr Denken, Fühlen und Handeln anwenden können; das sich in ihrem Denken, im Fühlen und im Handeln widerspiegeln kann und dessen Merkmale Autonomie, Selbstlosigkeit und Nächstenliebe sind.

Was verbinden Menschen mit Güte?

Positive Haltungen und Handlungen: Menschen, auch Tieren, der Natur gegenüber nachsichtig sein; Toleranz, Verständnis, Geduld, Hilfsbereitschaft, Verzeihen... Gutes um seiner selbst willen tun.

Uneigennützigkeit: Opfer bringen, selbstlos sein, sich um Schwächere kümmern, sie unterstützen (oft anonym).

Positive Gefühle gegenüber der Umwelt: angenehm, warmherzig, liebenswürdig und verträglich sein.

Perspektivwechsel, Empathie: Sich in eine andere Person eindenken und einspüren können und wollen, Mitgefühl/ Mitempfinden.

Ausdrückliche Verneinung negativer Aspekte und deren Äußerung: keine Herablassung/Überheblichkeit; keinen Streit provozieren, keinen Schaden zufügen, nicht zerstören, nicht kleinlich sein...

Es wird als negativ erlebt, wenn „Güte“ als Mittel der positiven Selbstinszenierung betrachtet wird. Dazu kommen m.E. Kriterien wie die klare Vorstellung davon, wann Güte *angemessen* und wann sie *praktizierbar* ist und welche „Barrieren“ sie in welchem Kontext behindern.

Im reifen Alter (aber nicht nur da!) steht es uns gut, „mild und gütig“ zu sein. Güte erbringt man; sie ist aber nicht einzufordern. Da es (s.o.) vor allem um innere Überzeugungen (Einstellungen) geht, seien hier jene genannt, die für das Verhalten mitfühlende Fürsorge = Güte bestimmend sind:

- Überprüfen des eigenen Verhaltens, ob es von Güte gekennzeichnet ist und ob es evtl. einer (Einstellungs-)Veränderung bedarf.
- Jeder noch so kleine Schritt in Richtung Güte soll freiwillig getan werden.
- Das gütige Handeln soll als ethische Überzeugung auf alle Lebenssituationen ausgerichtet sein.
- Gütiges Handeln ist codiert als Stärke – nicht als Schwäche -und man muss auch nicht darüber nachdenken, ob man sich dadurch Nachteile einhandelt. Allerdings ist zu prüfen, wann die mitfühlende Fürsorge sinnvoll ist und wann nicht. Immer sollen Grenzen/Spielregeln zwischenmenschlichen Verhaltens beachtet werden (es gibt kulturell bedingte Normen!). So sollte gütiges Handeln nicht aufgeötigt werden.
- Wer gütig handelt, sollte dadurch Zufriedenheit, Bescheidenheit und Freude erfahren – und zwar durch sein Handeln, nicht primär durch das Verhalten seines Gegenübers.

Das buddhistische „Friedensgebet“ sagt treffend, was als Grundeinstellung gütigen Verhaltens gegenüber anderen Menschen gelten kann:

Mögest du glücklich sein. Mögest du in Frieden leben.

Güte ist eine „gute Waffe“ gegen den Ärger, den wir oft erleben. Ärger entsteht in uns selbst. Wir haben die Macht, ihn zu neutralisieren: Ich erkenne, dass Ärger mir nicht nützt. Ärger verdirbt mir die Laune. Ich entscheide mich bewusst, Ärger durch eine a) fragende Haltung, b) durch den Versuch des Verständnisses und c) durch Freundlichkeit und liebevolle Gedanken zu ersetzen.

Dr. Knud Eike Buchmann