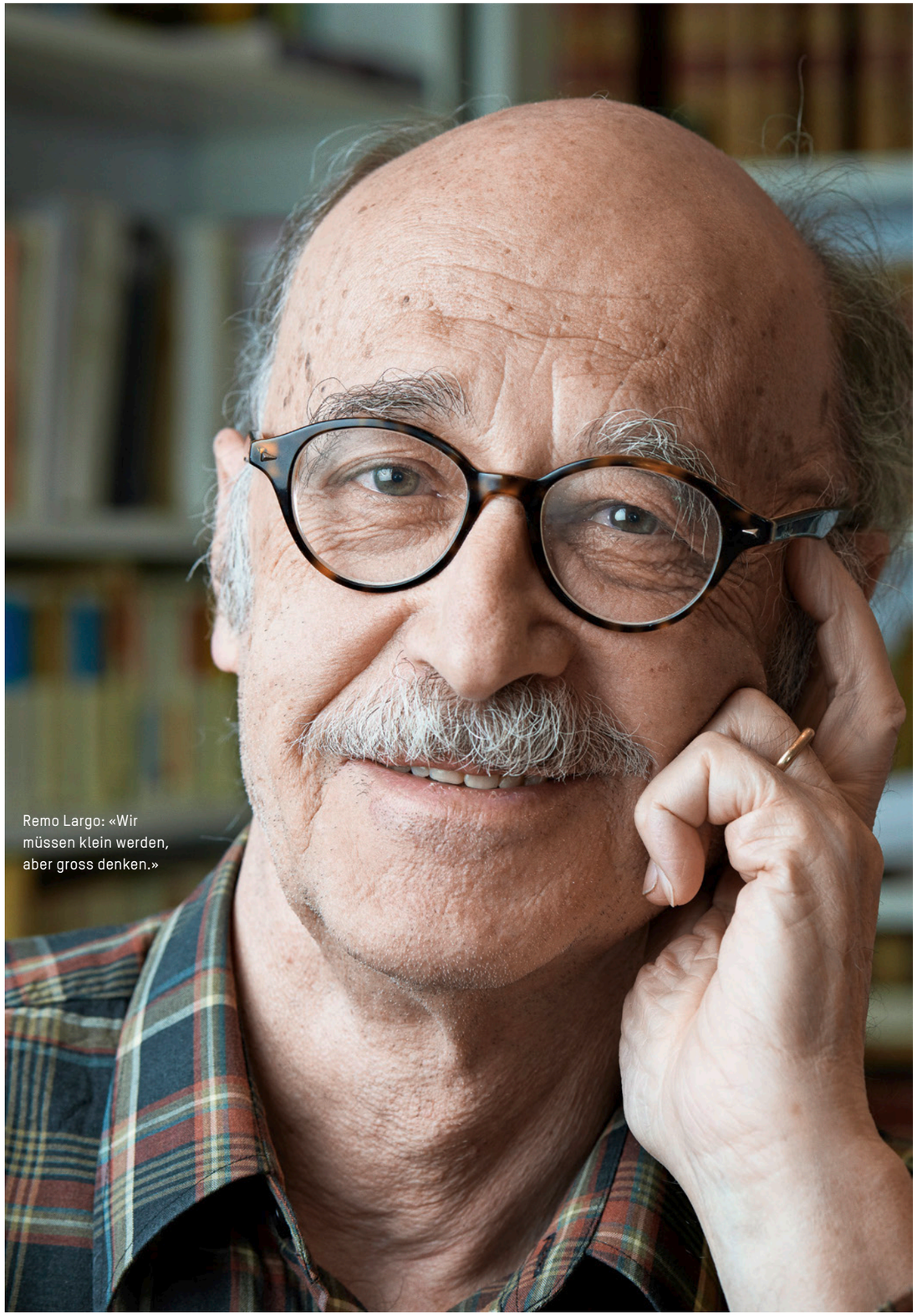

Remo Largo: «Wir müssen klein werden, aber gross denken.»

FOTO: ERWIN AUF DER MAUR

«Man kann Individualität nur in der Gemeinschaft leben»

In seinem neusten Werk beschäftigt sich Sachbuch-Bestsellerautor Remo Largo mit den grossen Fragen unserer Zeit. Wie muss die Gesellschaft beschaffen sein, damit jeder und jede Einzelne ein erfülltes Leben führen kann?

VON ERIK BRÜHLMANN

Sie sind sich untreu geworden: Wir sprechen über Ihr neues Buch «Zusammen leben». Dabei beteuerten Sie nach dem Erscheinen von «Das passende Leben» 2018, dass Sie kein Buch mehr schreiben wollen …

Remo Largo: Damit war es mir damals auch ernst. Aber mein Verlag hat mich überredet. Ich hoffe, es hat sich gelohnt.

In «Zusammen leben» diskutieren Sie das von Ihnen entwickelte Fit-Prinzip auf einer globalen, gesellschaftlichen Ebene – und das mit deutlichen Worten. In der Boulevardpresse stünde als Titel über diesem Interview wohl: «Largo rechnet ab!» Einverstanden?

Man sagte mir von verschiedenen Seiten, dass das Buch diesen Ton hat. Aber ich bin eben sehr skeptisch, was die nächsten zwanzig oder dreissig Jahre angeht. Die Menschheit geht einfach zu grosse Risiken ein, deren Konsequenzen sie nicht abschätzen kann.

Zum Beispiel?

Nehmen wir die Corona-Pandemie: Seit zwanzig Jahren wissen Epidemiologen, dass globale Pandemien ausbrechen werden. Man wollte diese Bedrohung jedoch nicht wahrhaben. Selbst Ende letzten November noch nicht, als die ersten Warnungen ausgesprochen wurden. Natürlich wusste niemand im Voraus, wie gravierend die Pandemie werden würde. Dennoch lässt sich beobachten, dass die meisten Länder die Dinge ihren Lauf nehmen liessen und auf das Beste hofften, statt sich auf den Ernstfall vorzubereiten.

Typisch menschlich, oder?

Sicherlich, aber wenn man sich die Auswirkungen dieser Haltung ansieht, darf das keine Entschuldigung sein. In vielen Ländern brach die Wirtschaft ein, die Arbeitslosigkeit stieg rasant an, was wiederum enorme Kosten verursachte und noch verursachen wird. Wie man alles in den Griff bekommt, weiss niemand so genau. Das Gesundheitswesen ist vielerorts in seinen Grundfesten erschüttert – was bis zu einem gewissen Grad auch keine grosse Überraschung ist.

Wie meinen Sie das?

In manchen Bereichen fehlten die Mittel und Medikamente, weil deren Produktion in der Vergangenheit nach China und Indien ausgelagert worden war. Selbst so etwas Banales wie Mundschutzmasken gab es nicht in ausreichenden Mengen. Dass diese Produktionsverlagerung ein grosses Gefahrenpotenzial birgt, ist längst bekannt.

Immerhin bekommt man aber die Situation langsam in den Griff, oder?

Nur auf den ersten Blick. Der internationale Flugverkehr zeigt aber, dass wir davon noch recht weit entfernt sind. Denn eigentlich kann es solange keinen normalen Flug- und Reiseverkehr mehr geben, bis die ganze Welt durchgeimpft ist.

Wird das zu einer vielerorts propagierten neuen Normalität führen?

Dazu müssten wir uns zuerst einmal selbst hinterfragen: Was bedeutet es überhaupt, ein sinnvolles und erfülltes Leben zu führen? Oder setzen wir einfach nur eine Entwicklung fort, die vor 200 Jahren ihren Anfang nahm?

Bevor wir gewillt sind, uns in irgendeiner Weise einzuschränken, müssen wir erst einmal wissen, wer wir sind und sein wollen. Ich hoffe, mit dem Fit-Prinzip diese Diskussion ein wenig anstossen zu können.

Sie regen unter anderem an, zu Lebensformen aus der Vergangenheit zurückzukehren.

Während 300 000 Jahren lebte der Mensch in Lebensgemeinschaften – in Gemeinschaften, in denen die Individuen miteinander vertraut waren und sich mit ihren Fähigkeiten gegenseitig ergänzten. Das war schlicht und einfach eine Notwendigkeit, um den Alltag bewältigen zu können. Man war voneinander abhängig, entwickelte entsprechende Verhaltensmuster und befriedigte so seine Bedürfnisse. Diese Gemeinschaften werden seit 200 Jahren immer schwächer oder verschwinden ganz: Aus Grossfamilien wurden zum Beispiel Kleinfamilien und Alleinerziehende. Das hat enorme Auswirkungen auf das Individuum und die Gesellschaft.

«Was bedeutet es überhaupt, ein sinnvolles und erfülltes Leben zu führen?»

Warum diese Entwicklung?

Die moderne Welt macht es möglich, dass man als Einzelperson problemlos überleben kann. Das war früher ganz einfach nicht machbar. Und so entstand die Illusion, dass man als Einzelperson auch alle seine Bedürfnisse befriedigen kann – und das bezweifle ich stark. Denn jeder Mensch hat das Bedürfnis nach Geborgenheit und sozialer Anerkennung, und das kann nur unter vertrauten Menschen befriedigt werden. Das kann die anonyme Massengesellschaft nicht bieten, auch wenn sie es über Hilfsmittel wie die sozialen Medien zu kompensieren versucht. Es handelt sich dabei aber nur um eine sehr oberflächliche Befriedigung unserer emotionalen Bedürfnisse, die keine Substanz hat.

Aber Anerkennung kann man sich doch immer noch holen?

In einer anonymen, wirtschaftszentrierten Gesellschaft wie der unseren: nein. Anerkennung ist mehr als eine Gehaltserhöhung oder ein Like auf Facebook. Es geht um zwischenmenschliche Wertschätzung, die einer Person nur durch vertraute Menschen entgegengebracht werden kann.

Trotz aller Gemeinschaftlichkeit betonen Sie immer wieder auch das Individuelle.

Das ist überhaupt kein Widerspruch. Ich würde sogar behaupten, dass man seine Individualität nur in einer Gemeinschaft leben kann. Jedes Individuum hat Stärken und Schwächen. Für die Stärken möchte es Anerkennung, für die Schwächen Akzeptanz. In der modernen anonymen Gesellschaft liegt der Fokus jedoch nur auf den Stärken und auf dem Leistungsprinzip.

Kleine Gemeinschaften bedeuten aber die Einschränkung individueller Freiheiten. Und das ist etwas, womit wir uns sehr schwer tun.

Natürlich stören sich zum Beispiel viele am hohen Mass sozialer Kontrolle in einem Dorf. Aber Geborgenheit und emotionale Sicherheit gibt es eben nur, wenn man sich auch zu den vermeintlich mühsameren Aspekten einer Gemeinschaft bekennt.

Wollen wir das denn?

Wenn nicht, lautet die Konsequenz Vereinsamung. Seniorinnen und Senioren bekommen dies sehr stark zu spüren. Sie leben so gut es geht selbstständig und allein und werden von der Gesellschaft als Last empfunden. Wir sprechen hier von einem Zeitraum von zwanzig, dreissig Jahren, die ältere Menschen irgendwie sinnvoll zu verbringen versuchen! Das ist in unserer heutigen Gesellschaft ein riesiges Problem, denn dieser Sinn findet sich zu einem Grossteil nur im Umfeld der Gemeinschaft. Bis zur Pensionierung definieren wir den Sinn und die Anerkennung über unser Arbeitsumfeld und unsere Leistungen. Das fällt dann von einem Tag auf den anderen weg.

… und könnte von einer kleinteiligen Lebensgemeinschaft ersetzt werden.

Richtig, denn dort könnten ältere Menschen eine Funktion übernehmen, die sinnvoll und erfüllend ist: Kinder hüten, mit ihnen spielen, spazieren gehen und vieles mehr. Das wiederum würde Eltern, die noch mitten im Berufsleben stehen, entlasten. In einer funktionierenden Gemeinschaft gäbe es keinen Bedarf für Kitas mehr! Auch die Kinder würden enorm davon profitieren, in einer stabilen, vertrauten sozialen Umgebung aufzuwachsen. Denn die Rolle der Eltern in dieser Entwicklung wird grob überschätzt. Die Kinder brauchen neben den Eltern weitere Bezugspersonen als Vorbilder.

«Die Kinder brauchen neben den Eltern weitere Bezugspersonen als Vorbilder.»

Wie bitte?

Die Eltern allein reichen nicht aus. Kinder brauchen weitere Bezugspersonen für ihre Entwicklung und vor allem andere Kinder. In einer Gemeinschaft können Kinder mit anderen Kindern spielen und sich so entfalten und sozialisieren. Die Vereinzelung der Menschen wirkt sich in jedem Alter negativ aus.

Das klingt alles einleuchtend. Wieso bemüht man sich trotzdem nicht, solche Lebensgemeinschaften, in denen alle Generationen eine wichtige Rolle spielen, zu kreieren?

Einzelne Versuche in diese Richtung gibt es immer wieder, in der Schweiz, in Deutschland oder Österreich. Ich erhoffe mir, dass es eine Basisbewegung junger Menschen gibt, welche die Entwicklung hin zu solchen Lebensformen anschieben. Menschen, die bereit sind, Zeit und Energie in etwas Neues zu investieren. Es gab Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts solche Bewegungen von Arbeitern, die sich zusammentaten und Wohngemeinschaften organisierten. Heute, wo jeder für sich im Büro sitzt und abends gleich nach Hause fährt, ist das vermutlich nicht mehr ganz so einfach umsetzbar.

Weshalb gab man dieses an sich ja funktionierende Prinzip des Zusammenlebens überhaupt auf?

Das hat viele Gründe. Vor der Industrialisierung bestand die Gesellschaft zu 60 Prozent aus Bauern mit einem extrem eingeschränkten Bewegungsradius. Mit der Industrialisierung lösten sich die Gemeinschaften langsam auf. Die Menschen zogen in die Städte, weil dort die vermeintlich lukrative Arbeit wartete, und sie wurden immer mobiler. Früher war es noch normal, dort zu arbeiten, wo man wohnte. Heute ist das eine Seltenheit. Man pendelt ganz selbstverständlich zwischen Basel und Zürich oder zwischen Bern und Zürich und verbringt so immer weniger Zeit zu Hause.

«Frauen nehmen ihre sozialen Bedürfnisse viel stärker wahr als Männer.»

Man kann aber niemanden dazu zwingen, das alles aufzugeben …

Das stimmt. Vermutlich leben wir noch nicht lange genug auf diese Weise, um wirklich zu realisieren, wie problematisch unsere derzeitige Lebensweise ist. Oft fällt das erst auf, wenn man das Hamsterrad verlässt und vor der Leere steht – eben zum Zeitpunkt der Pensionierung.

Der Mensch ist also erst bereit, sich zu verändern, wenn der Leidensdruck gross genug ist?

Vermutlich schon. Aber wenn das erst im Alter der Fall ist, fehlt oft die Kraft, eine solche Veränderung einzulei-

Anzeige

ten. Mir fällt jedoch auf, dass Frauen sich früher Gedanken machen, wie sie im Alter leben wollen, als Männer. Oft entstehen so Wohngemeinschaften, die nur aus Frauen bestehen.

Woran liegt das?

Frauen nehmen ihre sozialen Bedürfnisse viel stärker wahr als Männer. Sie bemühen sich in stärkerem Mass um soziale Kontakte als Männer.

Weil der Mann, ganz dem Klischee entsprechend, stark sein muss?

Weil sich der Mann sein ganzes Berufsleben lang fast nur über die berufliche Leistung definiert. In einer Ehe ist es zumeist die Frau, die das ganze soziale Umfeld organisiert. Deshalb vereinsamen Senioren auch viel eher als Seniorinnen. Sie sind es einfach nicht gewohnt, sich sozial zu organisieren.

Alles in allem propagieren Sie in «Zusammen leben» ein radikales und grundsätzliches Umdenken in unserer Gesellschaft. Sind Sie ein Visionär oder ein grenzenloser Optimist?

Ich bin jemand, der auf Mängel hinweist. Und ein grundlegender Mangel in der heutigen Gesellschaft ist, dass sie keine Vision mehr hat, wie sie denn überhaupt sein möchte. Vielleicht war die Zeit der Aufklärung im 18. Jahrhundert sogar die letzte Epoche, in der die Gesellschaften Visionen hatten. Diese schlugen sich nieder in den Verfassungen der Nationalstaaten, die im 19. Jahrhundert gegründet wurden. Solche Visionen gehen uns heute völlig ab. Wir beschränken uns nur noch auf Schadensbegrenzung, weil wir Angst haben vor Dystopien.

Zur Person

Remo H. Largo wurde 1943 in Winterthur geboren. Für die Lebensweisen und zwischenmenschlichen Beziehungen unterschiedlicher Kulturen interessierte er sich schon im Schulalter. Noch während seiner Zeit im Gymnasium arbeitete er als Pfleger in einem kleinen Regionalspital, er studierte anschliessend Medizin an der Universität Zürich und absolvierte eine Fachausbildung in Pädiatrie am Universitäts-Kinderspital in Zürich. Das wissenschaftliche Interesse an der Entwicklung von Kindern blieb ihm erhalten. Aus seinen klinischen und wissenschaftlichen Erfahrungen entwickelte er in den 1990er-Jahren das Fit-Prinzip, ein Modell, um möglichst gut auf die Grundbedürfnisse und Kompetenzen von Kindern einzugehen. Berühmt wurde Remo Largo mit seinen Sachbüchern, unter anderen «Babyjahre», «Kinderjahre» und «Jugendjahre», die sich zu Standardwerken für Eltern entwickelten. Mit «Zusammen leben» fasst er die Summe seiner über die Jahre gesammelten Erkenntnisse zusammen.

Konkret: Weil der Mensch Angst hat, dass es ihm an den Kragen geht?

Natürlich, denn wenn es zum Beispiel mit dem Klima so weitergeht, stirbt die Menschheit allenfalls aus. Ich bin aber auch überzeugt, dass wir es schaffen müssen, allen Menschen ein anständiges Leben zu ermöglichen, wenn wir nicht untergehen wollen. Dazu müssen wir eine globale Solidarität entwickeln, denn alles ist ineinander verzahnt. Wenn die Menschen im Amazonas den Urwald roden müssen, um zu überleben, tun sie das, auch wenn es sich auf die ganze Welt auswirkt. Wenn wir weiterhin Afrika ausbeuten, bis sich irgendwann eine Milliarde Menschen in Bewegung setzt, geht es ebenfalls schief.

> «Ich bin überzeugt, dass wir es schaffen müssen, allen Menschen ein anständiges Leben zu ermöglichen, wenn wir nicht untergehen wollen.»

Optimistisch klingt das nicht …

Es kommt darauf an, was man aus der jetzigen Situation macht. Zum Beispiel hat uns die Pandemie gezeigt, wie unglaublich komplex die Welt geworden ist. So eine Pandemie bedeutet eben nicht einfach, dass Menschen krank werden. Sie hat Auswirkungen auf ganz vielen Ebenen unseres Lebens. Speziell der Lockdown hat uns auch aufgezeigt, dass wir bereits viel einsamer leben, als wir eigentlich dachten. Vielleicht war das jetzt der Weckruf, dass wir damit beginnen müssen, eine Umgebung zu schaffen, in der wir auf der ganzen Welt unsere grundlegenden Bedürfnisse besser und einfacher befriedigen können. Dazu müssen wir Herausforderungen wie den Klimawandel, der die ganze Welt betrifft, globalsolidarisch angehen. Die Corona-Pandemie stellt uns vor eine erste epochale Bewährungsprobe. Wenn wir sie und künftige Pandemien erfolgreich bekämpfen wollen, braucht es eine weltweite Solidarität: Alle 7,8 Milliarden Menschen müssen geimpft werden. Andererseits müssen wir im Kleinen die Gesellschaft so organisieren, dass wir unsere Grundbedürfnisse ausreichend befriedigen können. In gewissem Sinn müssen wir also, glaube ich, klein werden, aber gross denken.

Remo H. Largo, «Zusammen leben. Das Fit-Prinzip für Gemeinschaft, Gesellschaft und Natur», 208 Seiten, CHF 25.90, S. Fischer