

Haltung bewahren.

von Alina Lisanne Ebmeyer

Haltung.

Substantiv, feminin [die]

1. [Plural selten]

Art und Weise, besonders beim Stehen, Gehen oder Sitzen, den Körper, besonders das Rückgrat, zu halten; Körperhaltung

"eine gute, gebückte, gerade, aufrechte, [nach]lässige Haltung"

2. [Plural selten]

innere [Grund]einstellung, die jemandes Denken und Handeln prägt

"eine sittliche, religiöse, liberale, progressive, konservative Haltung"¹

Es scheint so, als lebten wir in einer Welt in der wir immer und immer wieder dazu aufgefordert werden, eine Haltung gegenüber bestimmten Dingen einzunehmen:

Trump, Abtreibung, Umweltschutz, Politik, Universität, Sexualität, Migration, Nachhaltigkeit, Veganismus, Vegetarismus, Fleischkonsum, Körperpflege, Kinder, Ehe, soziale Medien, Kunst, TV, Gewalt.

Die Liste ließe sich ohne weiteres noch dutzende Zeilen fortführen. Mitunter scheint es einfach eine Haltung einzunehmen, geht es zum Beispiel um den momentanen Präsidenten der USA: Donald Trump. Ohne viel über ihn oder sein politisches Vorhaben zu wissen, schien es absolut klar, dass es sich bei ihm um einen üblen Charakter handelt, der in der politischen Welt irgendwie deplatziert erscheint. Und obschon er demokratisch und mehrheitlich von den Amerikanern auf seinen Posten gewählt wurde, leuchtete diese Entscheidung der Mehrheit den restlichen Menschen dieser Welt nicht so ganz ein.

Richten wir den Blick dann auf unser eigenes Land, lassen sich auch hier zahllose Dinge finden, zu denen wir, ohne lange zu überlegen, eine klare Haltung einnehmen können. Der Grund, warum es uns an vielen Stellen leicht fällt eine Haltung einzunehmen, ist unter anderem der gesellschaftliche Konsens. Er dient einem Großteil der Menschen als eine Art Kompass für soziale und zwischenmenschliche Interaktion (extreme Ausnahmen bestätigen an dieser Stelle die Regel). Übertragen durch Erziehung und Sozialisation wohnt er in uns, leitet uns durch diverse politische Wahlen, sucht mit uns die richtig guten, bleibenden

¹ <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=Haltung> (Zuletzt aufgerufen am 25.07.2019 um 18:25 Uhr).

Freunde aus oder hält uns das Händchen, wenn wir nicht wissen, ob es wirklich in Ordnung ist jeden Tag sein Mittagessen in den sozialen Netzwerken zu zelebrieren.

Was aber wenn der soziale Konsens nicht mehr greift, weil wir uns zum Beispiel für oder gegen ein Jobangebot entscheiden müssen, oder uns mit dem falschen Partner bzw. der falschen Partnerin eingelassen haben und nun vor den Ruinen einer ehemals glücklichen Beziehung stehen? Wie um alles in der Welt sollen wir Haltung bewahren, wenn wir tagein tagaus damit beschäftigt sind uns, unser Leben und unsere Nächsten zu optimieren? Wie fühlt es sich an nach acht Jahren Studium zu erkennen, dass die Ausbildung zum was auch immer eben doch die bessere Entscheidung gewesen wäre? Sind wir ganz ehrlich, fürchten wir viel zu oft den vermeintlich tiefen Fall in eine unbekannte Situation oder in die Unsicherheit. Zu versagen, zu verlieren, etwas nicht zu schaffen, Dinge in die falsche Richtung laufen zu lassen, die Reaktionen der Anderen: Wir fürchten uns davor bewertet zu werden oder das Gleichgewicht zu verlieren. In kritischen Situationen nicht nur innerlich, sondern auch äußerlich Haltung zu bewahren stellt uns in vielen Fällen vor eine große Herausforderung. Allen Dingen gegenüber eine klare Haltung zu bewahren oder zu zeigen, scheint in Anbetracht der Tatsache, dass wir von vielen Dingen einfach keine Ahnung haben, ein schier unendliches Unterfangen. Und müssen wir das denn überhaupt: eine klare Haltung den Dingen gegenüber haben? Wir bewundern die Menschen die scheinbar zielstrebig und ehrgeizig durch das Leben wandern, wobei sie mitnichten wandern, sondern viel eher zu marschieren scheinen.

Pass auf, wen du liebst, vertrau nicht zu viel'n

Nicht dass du dann fällst, weil sie mit dir spiel'n

Pass auf, wen du liebst, vertrau nicht zu viel'n

Irgendwann bist du down, wer hilft dir dann auf?²

Haltung, oder, wie es auch genannt wird, die Contenance zu bewahren, ist das Gegenstück zu einem hässlichen Zornesausbruch oder ausschweifenden Schimpftiraden. Oft scheint es aber der einfachere Weg zu sein, den eigenen Gefühlen freien Lauf zu lassen. Eine missglückte Beziehung zu verkraften und dabei den Kopf oben zu behalten, sieht in einem amerikanischen Liebesfilm einfach aus, in der eigenen Umsetzung gestaltet es sich allerdings oft mehr als schwierig, aus der ehemals gemeinsamen Wohnung auszuziehen, ohne dem oder der Ex nicht doch noch wenigstens ein paar sehr böse Blicke zuzuwerfen. Gerade wenn es um die Liebe geht, scheinen sich viele Menschen davor zu fürchten, enttäuscht zu werden oder ob der eigenen Gefühle bloßgestellt zu werden. Vielleicht ist das auch der Grund, warum gerade in den sozialen Netzwerken Liebesbeziehungen mit viel Inbrunst zur Schau gestellt werden, Trennungen mitunter aber beinahe wortlos bleiben.

² Zitat aus dem Lied „Pass auf, wen du liebst“ von Ufo 361 (Ufuk Bayraktar, Tim Wilke, David Kraft, Sonu Lal, Yannik Geisler © BMG Rights Management).

Dabei ist es doch gerade das Scheitern das uns interessiert, wir möchten das Schlimme sehen, das Hässliche, wollen Gründe für die nicht geglückte Beziehung erfahren. In menschliche Abgründe zu blicken macht oftmals mehr Spaß als auf Instagram in die rotbäckigen Glücksgesichter zweier Menschen zu schauen. Es bestätigt uns, dass wir nicht alleine mit unseren ganzen Misserfolgen und Unzulänglichkeiten sind. Andere Menschen beim „Fallen“ zu beobachten, erfüllt uns von Zeit zu Zeit auch deswegen so sehr, weil das Scheitern der Anderen mitunter vorhersehbar war und wir uns schadenfroh ein bisschen besser mit uns selbst fühlen können. Kein besonders schöner Charakterzug, aber ich bin mir sicher, dass er in vielen von uns schlummert.

Nicht umsonst richteten sich vor ein paar Wochen viele gespannte Augenpaare nach Österreich auf den dortigen Politiker Heinz-Christian Strache, der ohne Zweifel zu wenig klare Haltung gezeigt hatte, als es darum ging sich mit offensichtlich unseriösen Mitteln Vorteile verschaffen zu wollen. Nach Bekanntwerden der sogenannten Ibiza-Affäre, konnte die ganze Welt dabei zusehen, wie sich der damalige Kanzler Sebastian Kurz nach kurzer (wie passend) Amtszeit von seinem Amt verabschiedete und so den Weg für seine Nachfolgerin Brigitte Bierlein ebnete.

Als ich mich an einem Sonntagnachmittag im Herforder Museum MARTa einfand um die dortige Ausstellung „Haltung & Fall“ zu besichtigen, kam ich zum Ende der Ausstellung in einen kleinen Raum dessen Boden mit unzähligen kleinen gleichförmigen Kügelchen bedeckt war. Eine Zeit lang beobachtete ich die Kinder, die darauf scheinbar problemlos umher segelten. Sie machten kleine Pirouetten und alles sah nach einem großen Spaß aus. Nach wenigen Minuten des Zögerns wagte ich mich ebenfalls in das kleine Abenteuer: Ich wollte auch so unbeschwert auf den kleinen Kugeln gleiten. Was dann folgte ist eine Mischung aus ängstlichen kleinen Schritten und nervösen Versuchen mich an der Wand festzuhalten. Unzählige Fingerabdrücke an den Wänden erzählten mir dabei die Geschichten von den Menschen, die dies offensichtlich ebenfalls versucht hatten. Nach einigen Minuten wagte ich mich zu der Mitte des Raumes vor: weg vom Schutz der Wände. Es lief sich dort erstaunlich gut und nach weiteren kurzen Augenblicken wurde ich übermütig und wollte es den Kindern gleichtun. Ich nahm entschlossen Anlauf, um mich ebenfalls wie von selbst auf den Kugeln vorwärts zu bewegen. Leider stellte ich mich dabei nicht sonderlich geschickt an und ging auf halber Strecke zu Boden. Ich bin mir sicher, dass ich dabei keine gute Figur abgab und die Hälfte der anwesenden Menschen bei meinem Fall einen Blick auf meine Unterwäsche erhaschen konnten. Hilflos wie ein Käfer lag ich in unwürdiger Pose auf dem Boden, als mir auch schon zwei halbwüchsige Jungen zur Hilfe eilten. Sie streckten mir ihre helfenden Hände entgegen und erkundigten sich nach meinem Wohlbefinden. Geschockt von meinem kleinen Unfall, lehnte ich die Hilfe ab und richtete mich mit eigener Kraft wieder auf. Die mitleidigen Blicke der anderen Besucher ignorierend, suchte ich den Weg aus dem Raum und überhaupt aus der ganzen Situation. Peinlich berührt von meiner eigenen Ungeschicklichkeit. Ich war gefallen und schämte mich dafür. Auch wenn es ganz objektiv keinerlei Gründe dafür gab, maßregelte ich mich beim Verlassen der Ausstellung selbst: ich war zu weit gegangen, hatte mich überschätzt. Ganz klar, so etwas würde mir nie wieder passieren. Hoffte ich.

Am nächsten Morgen wachte ich mit einer schmerzenden Hand und den Erinnerungen an die erlebte Peinlichkeit auf. Der Moment des Fallens beschäftigte mich noch den ganzen Tag über: Alle konnten meinen unwürdigen Fall sehen. Ich fragte mich, ob die Kinder zu Hause ihren Eltern von mir berichten oder gar über mich lachen würden. Wenige Tage später waren die blauen Flecken an meiner Hand verschwunden und auch die Erinnerungen schwanden allmählich dahin. Ich bin mir sicher, dass ich mich geärgert hätte, wenn ich mich nicht getraut hätte. Punkt.