

Aktueller Artikel zum 17.01.2022

IM AUGEN DES BETRACHTERS

Die Kolumne mit dem besonderen Augenmerk

Ist Nichtstun überhaupt möglich,
wie auch unbedingt nötig?

VON  **Norbert Hecht**
Mann der Feder & Rezitation

Am 16. Januar ist der Tag des Nichtstuns, zumindest in den USA und dort bereits seit 1973. Dieser Tag wurde vom US-Journalisten Harold Pullman Coffin als „National-Do-Nothing-Day“ ausgerufen. Im schon immer stark an Wachstum orientierten Amerika war dies damals eher ein Unding, ja ein Angriff auf die amerikanischen Werte von Profit und ständiger Ertragssteigerung. Doch mittlerweile hat an diesem Tag immerhin etwa ein Drittel der Amerikaner frei, um sich dem Nichtstun tatsächlich hingeben zu können. Immer häufiger wird auch anderswo auf der Welt diesem Tag zumindest, wenn nicht „frei“, aber immerhin gedacht.

Doch Nichtstun ist aber eigentlich ein Widerspruch in sich, also ein echtes Paradoxon. Denn wenn man tatsächlich nichts tut, wäre man ja tot. Auch wenn man schläft, tut man etwas: Man schläft. Auch an nichts denken geht nicht, denn man kann seine Gedanken nicht abstellen. Das Gehirn tut immer etwas und wenn es nur über sich selbst nachdenkt. Selbst wenn man es schaffen würde, tatsächlich keine einzigen Gedanken zu haben, tut man etwas, selbst wenn es „nur“ das Atmen ist.

Der Müßiggang wurde und wird teilweise immer noch in der Katholischen Kirche mit Faulheit gleichgesetzt, wird als Sünde, gar als Todsünde angesehen. Was aber früher war, ist heutzutage ein ganz anderer Gedanke, der dahintersteht. Müßiggang, das süße Nichtstun, ist unbedingt nötig, um in der Kunst überhaupt etwas erschaffen zu können. Man braucht diese Zeit des angeblichen Nichtstuns aber auch, um eine Pause zu haben, um Abstand zu gewinnen von allem, vielleicht auch mal von sich selbst, eine Pause zu nehmen, den Kopf frei zu bekommen. Für anderes oder einen anderen Blickwinkel, um so auch besser eine Lösung zu finden.

Es geht ja aber auch vielmehr um Entschleunigung an sich und für sich selbst, von der immer hektischer werdenden Welt und dem damit verbundenen hektischen Alltag eines jeden, selbst an freien Tagen. So verwundert es auch nicht, dass sich der eingangs erwähnte Harold Pullman Coffin bereits in den 70ern des letzten Jahrhunderts damit auseinandersetzte. Waren die 70er doch auch das erste Jahrzehnt des Massenkonsums. Und gerade jetzt im hier und heute ist es doch auch immer wichtiger geworden, das Nichtstun. Denn selbst in der Freizeit gibt es viel zu vieles, was einen tatsächlich abhält vom Nichtstun. Dem wohl eigentlichen Sinn dahinter – dem Abschalten. Und dies dann auch bewusst und freiwillig wirklich von Zeit zu Zeit tun zu können.

Wie man es auch sehen mag, ein bloßer Gedanke ans Nichtstun ist doch die reinste Blasphemie, denn nur ein Gott kann nichts tun oder aus nichts etwas erschaffen. Aber auch hier ist die Menschheit wieder gespalten, denn für den einen gibt es keinen Gott oder Götter und für andere schon. So ist das Ganze in Wahrheit genau genommen eine höchst philosophische Frage. Doch was heißt hier philosophische Frage? Also, wirklich, so ein Tag kann doch nur die eigene Faulheit fördern und außerdem ist Nichtstun ja ohnehin nicht möglich und wer glaubt er könne es, wirklich nichts zu tun, der meint vielleicht, er könne Gott spielen. Und überhaupt geht es doch ums Nichtstun und daher ist dieser Artikel ohnehin bereits viel zu lang. Aber das ist natürlich wie immer Ansichtssache und liegt somit im Auge des Betrachters.

Aktueller Artikel zum 21.02.2022

IM AUGEN DES BETRACHTERS

Die Kolumne mit dem besonderen Augenmerk

Gibt es die eine, richtige Ernährungsweise?

VON



Norbert Hecht
Mann der Feder & Rezitation

Deutschland hat in Europa wohl die dichteste Anhäufung von Discountern. Was auch zum einem daran liegen mag, dass in Deutschland im europäischen Vergleich die Löhne seit langem so gut wie gleichbleiben, aber die Steuern steigen und alles andere teurer wird. So spart der Deutsche bevorzugt an den Lebensmitteln. Der Preiskampf der Discounter wie auch der Supermärkte hat ein regelrechtes Diktat der Preise gegenüber der Lebensmittelindustrie verursacht. So drängt sich auch für viele Verbraucher immer mehr die Frage auf: Kann dieses billig und noch billiger wirklich für hochwertiges Essen stehen? Beziehungsweise können solche Lebensmittel wirklich gesund sein für den Menschen? Auch Fernsehköche gehen in TV-Sendungen dieser Frage immer mehr nach und testen, wie gesund oder nahrhaft bestimmte Produkte der Lebensmittelindustrie sind. Das Wort Lebensmittel kann man hierbei manchmal schon wörtlich nehmen. Es erhält am Leben, aber sagt nicht, in welcher Qualität und auch nicht, für wie lange. Steve Jobs sagte: „Essen Sie Ihr Essen als Medizin, sonst müssen Sie Ihre Medizin als Nahrung essen.“ Ein wahrlich zutreffendes Zitat. Zwar gibt es heutzutage immer mehr Bio-Produkte, aber eine Bio-Geflügelsalami mit Palmfett ist zwar besser für das Tierwohl, aber schlecht für die Umwelt. In der heutigen Zeit gibt es aber auch immer weniger, die sich Bio oder hochwertige Lebensmittel überhaupt leisten können.

Eine gute oder schlechte Ernährung ist zudem davon abhängig, ob man überhaupt, selbst mit einfachen Zutaten, kochen kann. Und dies können auch immer weniger, denn warum sind sonst die zahlreichen Kochsendungen so beliebt. Aber auch völlig unabhängig davon haben wir sehr viele schlechte Essgewohnheiten. Ob es zu viel Zucker oder zu viel Fleisch ist. Besonders die Fleischindustrie wird immer wieder von „Gammelfleisch-Skandalen“ erschüttert. Hierbei wirkt sich die weltweite Massentierhaltung nicht nur negativ auf die gesamte Umwelt wie auch auf die Qualität des Fleisches, sondern letztlich durch den übermäßigen Genuss auch auf die Gesundheit vieler aus. Das gleiche gilt auch für andere Tierprodukte wie Milchprodukte, Eier etc., die zudem das Tierwohl beeinträchtigen. Es ist eben bei allem so, allzu viel ist ungesund. So mag es irgendwie nicht verwundern, wenn immer mehr Menschen Allergien gegen Lebensmittel oder Lactoseintoleranz bekommen oder aber im Vergleich zum Vegetarier, nicht mehr nur kein Fleisch, sondern überhaupt keine tierischen Produkte mehr essen wollen. Was für viele befremdlich, nicht vorstellbar oder geradezu ablehnend erscheint, ist der Veganismus. Fakt ist, dass es in der Menschheit in keiner bisher bekannten Kultur oder Zivilisation eine rein vegane Ernährung gab. Wenn man sich aber all die schlimmen Ausmaße anschaut, die die Massentierhaltung und deren Auswirkungen auf Tier und Umwelt verursachen, so mag es aber auch nicht verwundern, dass es eine immer stärker werdende vegane Bewegung bzw. Umorientierung dazu gibt. Tatsächlich gibt es Veganismus schon länger als wir glauben und nicht erst seit einigen Jahren oder Jahrzehnten.

Donald Watson (1910-2005) gründete bereits 1944 in Birmingham die „Vegan Society.“ Diese setzte sich dafür ein, dass die Nahrung der Menschen nur noch aus Getreide, Gemüse, Früchten und Nüssen und anderen nicht-tierischen Produkten bestehen und Fleisch, Fisch, Geflügel, Eier, Honig, Butter, Tiermilch, Käse und Butter in der Ernährung gänzlich wegfallen sollte. Und es sollten Alternativen für die Herstellung und Verwendung von tierischen Produkten gefördert werden. Dabei ging es ihm rein darum, Leid zu minimieren, denn für ihn und andere Veganer sei Veganismus kein Selbstzweck.

Selbst im Tierreich gibt es Vegetarier und Allesfresser bei ein und derselben Art, aber keine reinen Veganer, nämlich bei den Ratten. Der Mensch ist aber von Natur aus ein Alles-Esser, ohne Fleisch wären unsere Gehirne gar nicht so groß geworden. Jedoch gibt es Wissenschaftler, die sagen, nicht nur allein der vermehrte Fleischverzehr hätte dazu beigetragen, sondern durch das Kochen an sich. Macht es die Nahrung doch sehr viel bekömmlicher als Ungekochtes. Egal wie sich ein jeder bevorzugt ernährt, wir müssen alle in Fragen der Ernährung umdenken und wesentlich weniger Fleisch und Tierprodukte essen. Und zwar auf Grund einer gesünderen Ernährung, wie auch der Umwelt zuliebe. Da tut sich doch der Gedanke auf, dass über kurz oder lang eine rein vegane Ernährung

tatsächlich die bessere Ernährung sein könnte. Doch welche Ernährungsweise man auch für die einzig wahre hält oder bevorzugt, wir werden alle unsere Ernährung umstellen müssen. Sonst wird es noch sehr viel schlimmere Folgen für uns alle haben, als nur eine schlechte Ernährung oder ein schlechtes Gewissen darüber. Aber das ist natürlich wie immer Ansichtssache und liegt somit im Auge des Betrachters.

Aktueller Artikel zum 21.03.2022

IM AUGEN DES BETRACHTERS

Die Kolumne mit dem besonderen Augenmerk

OHNE WORTE

VON



Norbert Hecht
Mann der Feder & Rezitation



Kann man wirklich auch mit „OHNE WORTE“ tatsächlich alles sagen, was zu sagen ist? Lediglich mit einem einzigen Symbol, Geste oder Zeichen, dem sprichwörtlichen „Flagge zeigen.“ Und kann ein Zeichen setzen tatsächlich etwas (Großes!) bewirken?

Kann oder soll man sagen, auch alles Schlechte hat meist auch etwas Gutes. Denn es werden bestimmte Fehler ungeschönt aufgezeigt, die es nun heißt zu korrigieren und dadurch auch aus ihnen zu lernen, damit es in der Zukunft eben nicht mehr passiert. Oder sollte es heißen: Traurig, aber wahr, der Mensch hat immer noch nichts aus der Geschichte gelernt? Auf jeden Fall aber zeigt es, besonders in diesem Fall, dass all unsere vermeintlichen Probleme, nämlich die der deutschen Allgemeinheit, vergleichsweise doch meist gar keine (echten) Probleme sind. Aber das ist natürlich wie immer Ansichtssache und liegt somit im Auge des Betrachters.

Hier geht's weiter zu: Spendenaufruf für die Ukraine auf ZDF.de
<https://www.zdf.de/service-und-hilfe/spendekonten-100.html>

Aktueller Artikel zum 18.04.2022

IM AUGE DES BETRACHTERS

Die Kolumne mit dem besonderen Augenmerk

Darf eine Kolumne Feiertagspause haben?

VON



Norbert Hecht
Mann der Feder & Rezitation

Da der 18. April 2022 (als 3. Montag im Monat) auf einen Feiertag fällt, fällt hiermit für April 2022 „Im Auge des Betrachters“ aus.

Eine monatliche Kolumne darf aber aufgrund eines Feiertags doch keinesfalls ausfallen, sonst handelt es sich doch nicht mehr um eine monatliche Kolumne. Doch der Autor einer Kolumne ist auch nur ein Mensch, der hin und wieder auch eine kreative Schaffenspause braucht. Wenn der Autor aber eine kreative Schaffenspause braucht, dann fällt ihm nichts ein oder aber er hat keine Lust. Oder aber es bewegt ihn im Moment schlichtweg nichts genug, um darüber zu schreiben. Doch was es auch sein mag, auch der Autor einer Kolumne das Recht auf einen Feiertag. Aber das ist natürlich wie immer Ansichtssache und liegt somit im Auge des Betrachters.