

Hilft Philosophie im ALLTAG?

REBEKKA REINHARD sagt Ja. Und plädiert für mehr Mut, sich zu irren und lernend älter zu werden

Die großen blauen Augen sind mit schwarzem Kajal umrandet, das blonde Haar fällt wie eine Mähne um ihr zartes Gesicht. Sie trägt kurze Lederjacke zu engen Leggings. Wer **Rebekka Reinhard**, 38, sieht, glaubt, den nächsten Glam-Rock-Star aus London vor sich zu haben. Dann erzählt sie aber von **Albert Camus**, **Mark Aurel** und **Homer**. Vom Optimierbarkeitswahn, vom Erfolgsdruck, von der Sinnsuche und den existenziellen Fragen, die ihr Menschen stellen, die sie wegen einer Sinnkrise aufsuchen.

Praxis für praktische Philosophie: Was kann man sich darunter vorstellen? Die Münchnerin will nicht mit Patentrezepten helfen. Wie in ihrem Buch „Odysseus oder Die Kunst des Irrens“ hält die promovierte Philosophin dazu an, das Leben nicht als Problem, sondern als Abenteuer zu sehen. BUNTE fragte sie frei nach **Precht**:

Wer sind Sie – und wenn ja, wie viele? Oder: Warum soll man sich heute mit Philosophie beschäftigen?

Weil sie sich den zwei großen Fragen unseres Daseins widmet: Wer bin ich und wofür lebe ich?

Können Sie diese Fragen denn auch beantworten?

Ich bin keine dieser Psychotherapeutinnen, die vorgeben, jedes noch so komplexe Problem in zwanzig Minuten lösen zu können. Praktische Philosophie hinterfragt Dinge und ermutigt uns, unsere Komfortzone zu verlassen und wieder neugierig in die Zukunft zu schauen.

Sind wir zu bequem?

Wir sind verunsichert. Wünschen uns einen festen Job, einen liebevollen Partner, Gesundheit und tun derweil so, als sei das Leben vorherseh- und berechenbar. Das ist der Zeitgeist – und natürlich Unsinn. Wenn der Ernstfall, eine schwe-



SCHÖNE SINNSUCHERIN Die Buchautorin Rebekka Reinhard hat in München eine Praxis für angewandte Philosophie

re Krankheit oder Trennung, eintritt, rennen wir zu einem Experten, der uns möglichst schnell aus der Misere befreien soll.

Was spricht dagegen, Hilfe zu holen?

Nichts, aber man sollte nicht nur reagieren, sondern aktiv mit der Situation umgehen. Das weckt die Fantasie und Kreati-

vität, macht uns innovativ und glücklich.

Und wenn wir scheitern?

Leben ist Risiko. Tod, Versagen, Verlust gehören nun einmal dazu. Da helfen Mut zur Gelassenheit und ein wenig Selbstironie. Die Fähigkeit, mal etwas auszuhalten. Lachen ist ohnehin ein tolles Rezept gegen diese Versteinerung, ja kollektive Depression, die sich breitmacht, weil wir vor allem Schadensbegrenzung betreiben, statt wirklich zu erleben. Dabei sind Grenzerfahrungen die Chance, uns selbst kennenzulernen und die Kontur unserer Persönlichkeit zu schärfen.

Wir sind doch ständig dabei, uns selbst zu verwirklichen: Yoga, Pilates, Twitter ...

Wir sind ungeheuer an der eigenen Identität interessiert. Man schaue sich nur die narzisstischen Selbstbespiegelungen bei Facebook an. Und doch wissen wir weniger denn je, was unsere Identität ausmacht. Wir definieren uns über unsere Rollen als Mutter, Geliebte, Journalistin, Freundin und verlie-

ren den Überblick über das große Ganze. Den Sinn unserer Existenz.

Zeigt sich hier der Wunsch, nicht erwachsen zu werden?

Absolut. Dieser Perfektionismus, jung, erfolgreich, schön zu sein, hindert uns, zu irren und lernend älter zu werden. Jede Lebensphase hat ihre Schätze und Vorteile.

„JEDE LEBENS-PHASE HAT IHRE SCHÄTZE“

Und wie kann uns Odysseus helfen?

Er ist der antike Held, der das Irren nicht als Strafe, sondern als Kunst betrieben hat. Dabei hat er viel verloren, am Ende aber den Weg in seine geliebte Heimat Ithaka und zu sich gefunden.

Gibt es heute noch solche Helden?

In der Politik sehe ich derzeit zwei, die diese Sehnsucht nach einem Vorbild stillen: den über 90-jährigen Helmut Schmidt und den jungen Minister zu Guttenberg. Beide sind authentisch, souverän und wirklich in der Lage, Orientierung zu geben.

INTERVIEW: NIKE VLACHOS

REBEKKA REINHARD

Odysseus oder Die Kunst des Irrens



LUDWIG

Das neue Buch von Rebekka Reinhard ist im Ludwig Verlag erschienen, 18,99 €

ANTIKES VORBILD

ODYSSEUS war ein Meister im kunstvollen Irren: Der Held überstand zahlreiche Abenteuer, bis er nach zehn Jahren zu seiner geliebten Frau Penelope zurückfand

FOTOS: PRIVAT, BPK/SCALA