

Hans-Joachim Niemann, Rezension in: *Psychologie heute* 25(5), Mai 1998, S. 80:

Jürgen August Alt: "Wenn Sinn knapp wird. Über das gelingende Leben in einer entzauberten Welt", Campus, Frankfurt/New York 1997, DM 29,80.

Sinn-Diät

'Es ist doch alles sinnlos!' - Wie leicht kann uns der Sinn verlorengelassen werden. Das wissenschaftliche Weltbild läßt uns in ein teilnahmsloses Universum schauen, dem die Kürze des Lebens, das Leiden von Mensch und Kreatur gleichgültig ist und das weder dem Individuum noch der Menschheit im ganzen ein erkennbares Ziel setzt.

Jürgen Alts Buch diagnostiziert und therapiert den knapper werdenden Sinn. Seine Diagnose: Die Entzauberung der Welt von Sinnzusammenhängen, in die wir uns einstmals eingebettet fühlen könnten, läßt sich nicht rückgängig machen. Sein Heilmittel ist eine "Sinn-Diät" der vielen kleinen Happen: "Statt der einen großen Sinnantwort werden viele kleine Sinnantworten empfohlen: Sinn in kleiner Dosis."

Aus den Angeboten der Schulphilosophen von Seneca bis Russell und der zeitgenössischen Philosophen wie Odo Marquard, Thomas Nagel und Martin Seel bündelt Alt kenntnisreich Kräutersträußchen über den rechten Umgang mit Gesundheit, Arbeit, Einkommen; Liebe und Freundschaft; die Liebe zur Sache oder die Zuwendung zu anderen; die Beschäftigung mit Natur und Kunst. Kein Kräutlein wirkt für sich allein. Wer von dem einen nicht hat, muß von dem anderen nehmen. Das Geheimnis gelingenden Lebens liegt darin, daß aus der Vielzahl der Möglichkeiten, glücklich zu werden, sich jeder selbst ein nicht zu kleines, und nur auf ihn oder sie zugeschnittenes Bündel zusammenstellt.

Dieses Buch zieht den Leser in ein schon Jahrhunderte währendes Gespräch, ohne langatmig oder antiquiert zu sein. Die Sinnfrage ist immer noch eine Zeitfrage. Behutsam wie in einem therapeutischen Gespräch gelingt es Jürgen Alt, den großen kognitiven Sinn allmählich überflüssig zu machen und das Interesse des Lesers auf praktisch lösbare Aufgaben zu lenken.

Hans-Joachim Niemann