

WO BEGINNT DAS GLÜCK?

Die großen Fragen des Lebens beginnen im Kleinen, im Alltag, im Verborgenen. Die große Liebe, die man der Welt zeigen kann beim Ausgehen, Tanzen, Einkaufen, im Urlaub – wird gelebt in kleiner Zweisamkeit, in Wohn- und Schlafzimmer. Sie zeigt sich in kleinen Aufmerksamkeiten, kleinen Berührungen und Achtsamkeiten. Die große Freiheit erlebt man am intensivsten allein, oben auf einem Berg, weit draußen auf dem Meer. Das gute Leben ist die Summe vieler Kleinigkeiten, die im Alltag beachtet werden müssen und die oft unbedeutend, beinahe banal wirken. Die Frage, was ein gutes Leben ausmacht beginnt mit der Frage, was ein Mensch braucht. Auch die große Frage, was ein Mensch braucht, beginnt im kleinen Rahmen. Von früher Kindheit an lernen wir, wie die Welt funktioniert und was wichtig ist: Intelligenz, Schönheit, Freiheit, Akzeptanz, Treue und so weiter. Alles Begriffe, die gefühlsmäßig schwer fassbar sind und die erst gelebt werden können, wenn man gelernt hat zu sein, wer man ist. Dann ist die Frage, was man im Leben wirklich braucht, ganz anders zu beantworten. Dann wird plötzlich klar, dass jeder Körper schön sein kann und dass in jedem Kör-

per ein gutes Leben möglich ist. Die Abhängigkeit von anderen, der Zwang „so muss ich sein“, „das ist richtig“, „sonst steh ich allein da“ kann wegfallen.

Dass das wirklich funktioniert, das zeigt wie ich meine, auch mein eigenes Leben, auf das ich im Verlaufe des Buches gerne immer wieder eingehen möchte. Zusammen mit theoretischen Überlegungen möchte ich aufzeigen, wie es gelebt werden kann, das ziemlich gute Leben.

Ich bin 1973 ohne Arme und Beine in Wien geboren und es ist mir gelungen ein Leben aufzubauen, in dem ich keine Hände und Füße brauche. Was muss das für ein mickriges, trauriges Leben sein, könnte man denken. Sitzt im Zimmer und wartet und schaut. Manche haben das vielleicht auch gedacht, und manche tun es vielleicht heute noch.

Oh nein! Mein Leben ist ein Leben, das sich nicht vom Leben der Menschen unterscheidet, die Arme und Beine haben. Es ist ein gutes Leben, das voll ist mit den täglichen Auseinandersetzungen, Liebe, Intimität, Schönheit, Arbeit, Urlaub, Kindern und so weiter. Praktisch wären sie schon, die Hände und Füße – zur Umsetzung meiner Ideen könnte ich sie oft gut brauchen,

aber ein gutes Leben, das gelingt auch ohne sie. Dafür brauche ich nur mich, so wie ich bin und eine Idee vom Leben. Wie gut kann das wirklich sein: das Leben? Stimmt das, was ich da erlebe? Wenn ja, wie ist das mit den theoretischen Überlegungen von Wirtschaft, Medizin und Psychologie vereinbar? Diese fordern nämlich Effizienz, Nachhaltigkeit, Gesundheit, Selbstständigkeit und Freiheit. Zunächst zur Frage: Stimmt das, was ich da erlebe? Ist es für mich möglich, wirklich normal zu leben? Das zeigt mein Lebenslauf, meine Entwicklung ganz grob skizziert: Ich habe einen normalen Kindergarten besucht gleich bei uns im Haus der Wohnanlage „Arsenal“. Danach besuchte ich für kurze Zeit eine Behindertenschule, später eine normale Schule. Maturiert habe ich an einer Integrativen Handelsakademie und anschließend studierte ich Psychologie. Unmittelbar nach Studienabschluss war ich ein Jahr allein im „European Volunteer Program“ in England. Dort habe ich anfangs in einem Zimmer eines Heims für behinderte Menschen und anschließend in einer Wohnung, gegenüber dieses Heimes, gewohnt. Für jegliche Hilfe bin ich über einen Hof, der zwischen dem Haus und dem Heim lag, hin- und hergefahren. Halb angezogen mit offenem Hemd, der Krawat-

te um die Schultern gehängt, fuhr ich bei jedem Wetter mit meinem Rollstuhl durch diesen Hof in das Haupthaus, um mir dort von den Schwestern und Pflegern beim Anziehen helfen zu lassen.

Seit 2002 arbeite ich in Wien in einem der größten Spitäler Europas sowie in meiner eigenen psychologischen Praxis.

Ich habe zwei Brüder, die nicht behindert sind und geschiedene Eltern, so wie viele andere auch. So wuchs ich zu hundert Prozent behindert und doch ganz normal auf. Ich durfte nie mehr oder weniger als meine Brüder, wurde weder geschont noch bevorzugt. Ich durfte nicht nur spielen wie meine Brüder auch, sondern ich musste so gut ich dies konnte auch aufräumen, wie meine Brüder – und ich tat dies genauso ungern wie meine Brüder. Ich brauchte dafür genauso viel Druck von meinen Eltern wie meine Brüder. Ich habe seit meinem achtzehnten Lebensjahr Beziehungen mit allen Höhen und Tiefen, mit Sehnsucht, Liebeskummer, Freude, Liebe und Zuneigung, Eifersucht, Treue und Untreue erfahren. Beziehungen mit Frauen, die ich alle als sehr schön beschreiben würde. Seit nunmehr fünf Jahren bin ich verheiratet (mit der schönsten Frau von allen). Ich habe vier Kinder, die mich verehren und die ich gemeinsam mit meiner Frau

erziehe. Ich spiele mit den Kindern am Boden sitzend, mit meiner Frau liegend. Ich gehe mit meiner Familie zum Spielplatz, ins Schwimmbad, auf Berge und Wiesen, soweit der Rollstuhl es erlaubt. Komme ich wo nicht weiter, so schaue ich meinen Kindern einfach gerne zu, warte oder gehe einen anderen, einfacheren Weg. Um mich rascher und gleichzeitig normaler zu bewegen, benütze ich einen elektrischen Rollstuhl und mein eigenes Auto. Meine Frau hat keinen Führerschein. Ich habe eine Armprothese auf der rechten Seite mit der ich etwas halten kann, mit der ich Türen öffnen, Knöpfe drücken und Hände schütteln kann. In Wien begrüßt und verabschiedet man sich, indem man sich die Hände schüttelt.

So in aller Kürze zeigt mein Lebenslauf ein normales, ziemlich gutes Leben.

Warum nur *ziemlich* gut und nicht sehr gut? Das *ziemlich* lässt erkennen, dass es ein großer Aufwand ist, ein gutes Leben zu gestalten. Eines, das sich kaum unterscheidet von dem der Kollegen und Freunde. Das Wörtchen *ziemlich* also, weil etwas ausgeglichen werden muss durch Hilfsmittel, Hilfe von Verwandten, Bekannten, Assistenten und durch eine freie Art zu denken. Dieser Ausgleich durch Hilfe und Hilfsmittel er-

lauben es mir, mich auch ausgeglichen *zu fühlen*. Gelassen, aber doch interessiert, neugierig und aktiv, mir ein gutes Leben zu gestalten. Jeder Mensch braucht etwas anderes, um ausgeglichen auf andere zugehen zu können. Bei mir genügt die Hilfe von anderen Menschen bei alltäglichen Dingen. Hingegen kenne ich Patientinnen, die sich erst dann ausgeglichen fühlen, wenn sie weniger wiegen oder perfekt manikürt sind.

Das Wörtchen *gut* weil Liebe, Zuneigung, Freude, Beschäftigung, Glaube, Sinn und Inhalt mein Leben ausfüllen. Und wie findet man das? Wie baut man sich das auf?

Ich komme auf den freien Denkprozess zurück. Dieser Denkprozess wurde von meiner frühen Kindheit an gefördert mit dem Ziel, mich von den körperlichen und geistigen Grenzen nicht aufhalten zu lassen. Dieses Denken war nötig, denn körperlich bedingt waren etliche Berufsmöglichkeiten ausgegrenzt, und geistig wies ich auch keine spezifischen Hochbegabungen auf. Ich zeigte kein besonderes Talent für Musik und Kunst, war kein Genie in Mathematik, Physik oder Latein. Alles was ich gut konnte, war es, die scheinbaren Grenzen meines eigeengten Wesens zu überwinden.