

GABRIEL PALACIOS VERÖFFENTLICHT SEINEN NEUNTEN BESTSELLER

Wenn du es allen recht machst, vergisst du dich selbst

Die Angst vor Ausgrenzung scheint ein evolutionsbedingtes Denkmuster zu sein. Doch ist dieses Verdikt im Jahre 2021 tatsächlich immer noch dienlich, oder führt es doch eher dazu, dass wir uns des Öfteren selbst im Wege stehen? Gabriel Palacios reflektiert darüber in seinem neuen Buch «Lass sie doch reden!».

Wäre Ihrer Meinung nach das eigene Leben qualitativ erfüllt, wenn man sich nicht mehr darüber den Kopf zerbrechen würde, was andere von einem denken?

Tatsächlich werden wir den Gedanken, was andere von uns denken mögen, wohl nie ganz ausblenden können. Und derjenige, den es überhaupt nicht kümmert, was andere von ihm denken, lebt wohl sozial auch nicht sehr gesund. Denn es ist zu einem gewissen Grade auch normal, dass wir uns als soziale Wesen auch darüber Gedanken machen, wie es den Mitmenschen wohl gerade gehen mag. Nur sollten wir lernen, uns den Kopf nicht unnötig zu zerbrechen, in Hinblick auf Situationen, die wir ohnehin nicht ändern können.

Weshalb neigt der Mensch überhaupt dazu, sich ständig darüber zu sorgen, was andere von ihm denken?

Es scheint ein natürlicher Mechanismus zu sein: Das Herdentier hat offensichtlich im Laufe der Zeit gelernt, dass es lebensbedrohlich wäre, aus der Herde ausgeschlossen zu werden. Ebenso das Mitglied der Horde: der Affe. Und wir sind wohl genetisch vom Affen zu wenig weit entfernt, als dass uns diese Geninformation nicht mehr beeinflussen könnte.

Welchen Rat haben Sie denn an Menschen, die damit nicht umgehen können, dass andere sie nicht mögen?

Im Grunde muss trainiert werden, schlechtes Gerede aus einer anderen Perspektive betrachten zu können. Besonders diejenigen, die in der Kindheit von elterlichen Personen mit auf den Weg bekommen haben, dass es ganz wichtig sei, dass die Nachbarn nichts Schlechtes über einen erzählen können, haben da meist etwas Nachholbedarf in Gelassenheit.

Und wie können wir diesen Nachholbedarf stillen?



Gabriel Palacios hat bereits neun Bücher veröffentlicht. Allesamt wurden Schweizer Bestseller.

Foto: Hans Scherhauser

Wir müssen uns tiefergehend mit dem Thema auseinandersetzen und uns selbst spezifische Fragen stellen. Fragen wie: «Gibt es auf dieser Welt überhaupt einen einzigen Menschen, der überall beliebt ist?» Die Antwort wäre ein klares «Nein!» Wenn wir Vergleiche herbeiziehen, fällt uns die Erkenntnis meist einfacher: Wie jedes Tier seine natürlichen Feinde hat, so hat auch der Mensch natürliche Feinde. Und der wohl grösste natürliche Feind des Menschen ist der Mensch selbst.

Sie haben von Fragen und neuen Perspektiven gesprochen. Haben Sie weitere Beispiele?

Natürlich: Wenn wir beispielsweise ein Gräuel gegen einen Menschen hegen, so möchten wir ja auch nicht, dass dieser Mensch gut von uns spricht. Würde dieser Mensch schlecht von uns reden, würde uns dies vielleicht sogar zugutekommen. Weil wir in diesem Falle eben ganz andere Werte hätten als dieser eine Mensch sie hat. Weshalb also fällt es uns so schwer, zu akzeptieren, dass Men-

schen mit komplett anderen Werten schlecht von uns reden? Im Grunde sollten wir ja froh darüber sein, dass diese für uns schlechten Menschen schlecht von uns reden – denn sie kommunizieren damit, dass wir mit Gewissheit nicht zu ihnen gehören.

Das tönt ganz plausibel. Doch welches wäre die hilfreiche Perspektive, wenn es sich beim schlechten Gerede um ehrverletzende Unwahrheiten handelt?

Viele von denen, die bewusst ehrverletzende oder persönlichkeitsverletzende Unwahrheiten verbreiten, vergessen oder wissen nicht, dass Verleumdung eine Straftat bleibt, die strafrechtlich von Relevanz ist. Wer also nachweisbar verleumdet, hat das Nachsehen, wenn die oder der Verleumdete sich rechtlich zur Wehr setzt. Ich bin zwar kein Jurist, doch habe ich auch ein Gesetzeskapitel gemeinsam mit meinem Anwalt verfasst, um die Leute auch über ihre Rechte aufzuklären.

Und welchen Tipp haben Sie für falsche Tatsachenbehauptungen, die mehr alltäglichen Charakter haben?

Handelt es sich aber um eine Unwahrheit, die keinen konkret ehrverletzenden Charakter hat, so empfehle ich Gelassenheit: Denn wer diese Unwahrheit glaubt, gehört ja sowieso nicht zu dir. Denn wenn eine einzige Lüge einer Drittperson ausreicht, um dein Gegenüber dermassen

zu verunsichern, dass es sich gleich von dir abwendet, so hat dich dieses Gegenüber sowieso nicht verdient. Ein wohlthuender Vergleich an dieser Stelle: Eine Frau lernt einen Mann kennen, der sich so schnell gebauchpinselt fühlt, dass er bei förmlich jedem grösseren Kompliment an Tren-

nung denkt. So darf diese Frau die Erkenntnis gewinnen, dass dies kein Mann wäre, den sie verdient hätte. Sie hätte etwas Treueres verdient. Schlechtes Gerede ist also ein Treuetest. Wer ihn besteht, gehört zu dir. Wer den Test nicht besteht, soll deine Zeit nicht verschwenden.

v s r m

VERBAND SCHWEIZER
REGIONALMEDIEN VSRM

Darum braucht es regionale Wochenzeitungen:

- wöchentlich über 1,5 Millionen Haushaltungen
- Hälfte der Bevölkerung zwischen 35 und 75 liest VSRM-Titel
- eigene Redaktionen berichten über das lokale Geschehen
- Leserschaft seit Jahren konstant
- näher beim Publikum als jedes andere Medium
- erfüllen wichtige politische und soziale Funktion
- Wenn Regionale Medien verschwinden, verschwinden auch Regionale Informationen
- Sicherstellung von Arbeitsplätzen in Verlag, Redaktion, Druck und Vertrieb

Trotzdem erhalten wir weder indirekte Medienförderung, noch werden wir durch Covid-19-Hilfspakete vom Bund unterstützt !



Vorstand des VSRM: Präsident Dani Sigel, Vizepräsident Jean-Marc Velleman, Tom Herrmann und Hannes Zaugg

EXKLUSIVES ANGEBOT FÜR LESERINNEN UND LESER DES BÄRNERBÄR!

Bärnerbär-Leserinnen und -Leser können das neue Buch von Gabriel Palacios zum einmaligen Spezialpreis (inklusive Porto und Verpackung) über den Cameo Verlag (cameo-verlag.com) mit dem Gutschein-Code «Bärnerbär» bestellen.

«Lass sie doch reden! Wir dir egal wird, was andere von dir denken» Allegria, 176 Seiten, ISBN 978-3-7934-2426-0, CHF 24.90 (Spezialpreis mit Bärnerbär-Gutschein: CHF 20.50).

