

Verw:ortet 05/2026: Ulrich Schaffer - Grundrechte. Ein Manifest.

Um was es geht

In diesem Frühjahr erlebe ich in Sachen Literatur etwas, was ich in seiner Wucht so noch nicht kannte. Ich greife auf Bücher zurück, die ich als Jugendlicher, als junger Erwachsener und noch etwas später mit viel Freude und Gewinn gelesen habe, die ich z.T. in Tagebüchern zitiert habe, lese sie noch einmal – und habe das Gefühl, ich lese etwas *Neues*, oder etwas Altbekanntes *mit neuen Augen*. Und häufig ist es so, dass mir die altbekannten Texte immer noch etwas zu sagen haben, wenn auch auf einer „anderen Stufe“.

Leicht verständlich, ist doch (mit Blick auf den gleichen Text, den ich lese) meine „Wirklichkeit“ zum einen etwas, was heute sicher anders als damals „wirkt“. Und so kann es sein, dass mich heute etwas berührt, das ich vor 20 Jahren schlicht überlesen habe. Oder anders (im Blick auf den gleichen Menschen, der liest): als Lesender bin ich war immer noch *derselbe*, aber nicht mehr *der Gleiche*! Die Autor:innen, die mir vor Augen sind, haben es in ihren Werken vor Jahren schon geschafft, den, der ich damals war, zu packen. Und sie vermögen das heute immer noch, jetzt aber oft mit anderen Worten, anderen Geschichten, anderen Figuren und Metaphern usw.

Am meisten fasziniert es mich allerdings, wenn es die *gleichen* Geschichten, Aphorismen, Handlungen sind, die die zeitliche Kluft überbrücken und mich heute noch genauso anzusprechen vermögen, anders allein durch das Geschick, das mir widerfahren ist, oder durch die Umstände, in denen ich jetzt lebe.

Eines dieser Bücher habe ich den Monat Mai und für „verw:ortet“ herausgesucht. Ulrich Schaffers „Grundrechte. Ein Manifest“ kenne ich seit 1988. Inzwischen sind zwei weitere Auflagen (2009 und 2018) erschienen. Vor vier Jahren, 2022, erschien eine Neuauflage, die vollständig überarbeitet und aktualisiert und „um 23 Grundrechte erweitert“ (so der Buchdeckel) wurde. Ulrich Schaffer erklärt, was er mit „Grundrechten“ meint und was er mit ihnen beabsichtigt:

„Dieses Buch ist ein Versuch, an die Grundrechte zu erinnern, die uns zu originellen, schöpferischen Menschen machen, die dazu beitragen, dass die Menschheit reift und wächst. Es geht also nicht in erster Linie um eine Art von Selbstverwirklichung, die jeder Gemeinschaft ohne Achtung gegenübersteht, sondern um das Aufbauen der Gemeinschaft durch erwachsene Einzelne.“¹

Es geht Schaffer um ein erwachsenes Leben – in vielerlei Lesart des Begriffes „erwachsen“. Seine „Grundrechte“ antworten auf das Phänomen, „*dass der Einzelne unter Druck gestanden hat, sich auf gewisse Weise zu verhalten, damit die Gesellschaft möglichst gut funktionieren konnte*“.² Demgegenüber betont Schaffer das Recht, sich der eigenen Grundbedürfnisse anzunehmen und so z.B. ein Recht zu trauern, sich selbst zu lieben, zu wachsen sich zu verändern und die Freunde zu wählen für sich in Anspruch zu nehmen.³

¹ Schaffer, Ulrich (2022): Grundrechte. Ein Manifest, Freiburg, 7.

² a.a.O., 5.

³ vgl. a.a.O., 7.

Aus der hohen deutschen Literatur fällt mir Thomas Mann ein, der seinem Bruder Heinrich am 17. Januar 1906 schrieb: „*Ich habe geruht, mir eine Verfassung zu geben.*“ Schaffer bietet den Lesenden eine Art „Verfassung“ an, 88 Grundrechte, die durchaus Bausteine sein können, das eigene Leben zu „verfassen“. Was diese Verfassung zu leisten vermag: Die angebotenen (und im besten Fall die gewählten) Grundrechte atmen Weite, Freiheit, Annahme meiner selbst und der anderen u.v.m. Schaffer kann dabei seine christliche Herkunft nicht leugnen, will es auch nicht – dennoch sind seine Texte nicht „religiös“ i.S.v. eine *Lehre* vorgehend, sondern „spirituell“ i.S.v. einen *Geist* beschreibend, der alltägliches Leben gestaltet, der anfragbar ebenso wie dialogisch ist und der einen christlich oder konfessionell gebundenen „Geist“ übersteigt.

Hier können nur kurze Textauszüge aus den „Grundrechten“ zitiert werden. Der Schönheit der Sprache Schaffers und der Tiefe seiner Gedanken wegen scheint es mir hilfreich, für ein Jahr lang immer am Herz-Jesu-Freitag (der erste Freitag im Monat) für ein Jahr eines der Grundrechte der Lektüre anzubieten. In der katholischen Frömmigkeit geht an diesen Tagend der Blick auf die Liebe Gottes, die sich im Herz Jesu fokussiert. Er erinnert an den Herzschlag, an den Puls des Lebens, den zu spüren eine Versicherung darstellt, am Leben (dran) zu sein und (dran) zu bleiben. Der Tag „passt“, so gesehen, für die Grundrechte zum Aufbruch und zur Sicherung der Menschwerdung eines jeden Menschen.

Alle Zitate sind entnommen aus Schaffer, Ulrich (2022): Grundrechte. Ein Manifest. Vollständige überarbeitete und aktualisierte Neuausgabe, Freiburg . Dem Zitat vorangestellt wird die Überschrift des „Grundrechtes, dem es entnommen ist. In Klammern sind hier die Seiten aus dem Buch genannt, auf denen sich die Zitate finden. Die innerhalb der Zitate vom Autor benutzten Zitationen aus den Werken anderer Autor:innen sind in der Klammer ebenfalls ausgewiesen.

Die Zitate

aus: Du hast das Recht, du zu sein

[...]

Wenige haben dir geholfen,
dein Leben selbst zu führen.

Viele haben dir Ratschläge gegeben,
wie sie es machen würden.

Jetzt bist du dran.

Du kannst dein Leben in die Hand nehmen,
kannst entscheiden, wie du leben willst,
kannst dich wehren gegen die,
die für dich entscheiden wollen.

Du entscheidest. Es ist dein Leben.

(17)

aus: Du hast das Recht auf deine Beziehung zu Gott

Du hast das Recht, deine Beziehung zu Gott
nach deinem besten Wissen zu gestalten,
nach deinem Verständnis, wer Gott ist,
auch wenn es viele Menschen geben wird,

die dir mit Nachdruck sagen werden,
wie diese Beziehung auszusehen hat.
[...]
Du hast das Recht,
die Nähe und den Abstand zu Gott zu bestimmen.
Du hast das Recht,
dich durch Sprache oder Schweigen
Gott gegenüber zu artikulieren.
Du hast das Recht zu glauben,
was du glauben kannst.
Du hast das Recht, dich dem zu verweigern,
was du nicht glauben kannst.
Du bist frei, deinem Glauben die Form zu geben,
die dir entspricht.
Du bist frei.
(22f)

aus: Du hast das Recht, dich selbst nicht zu verstehen

[...]
Wenn du träumst,
träumst du in Bildern.
Für die Bilder gibt es keine Worte,
die ihnen eindeutig entsprechen.
Deine Seele lebt in Bildern,
die nur dann zu Landschaften werden,
die du bewohnen kannst,
wenn du sie ernst nimmst.
[...]
(36)

aus: Du hast das Recht, dich selbst zu lieben

[...]
Nur der Mensch, der sich lieben darf,
wird sich selbst nicht verwöhnen.
Verwöhnung deutet Mangel an.
Egoistisch ist der Mensch,
der nichts hat und darum versucht,
alles an sich zu reißen,
und dabei immer weniger hat.

Wer sich liebt, wird sich verschenken
und dabei reicher werden.
(39)

aus: Du hast das Recht, deine Freunde zu wählen

[...]

Es ist nicht ein Zeichen von Treue,
etwas festzuhalten, was innerlich nicht mehr existiert.
Das Gewesene war wertvoll,
zerstöre es nicht rückblickend
und lass es dir nicht von anderen zerstören,
aber lass dich nicht festhalten.

Nicht nur du wirst freier,
sondern auch die Menschen, die dir einmal Freunde waren;
wenn ihr euch öffnet für das, was jetzt ist.
Du kennst ihren Weg nicht,
und sie kennen deinen nicht.
Vielleicht findet ihr einander ganz neu,
wenn ihr es schafft, einander loszulassen.
(69)

aus: Du hast das Recht, dich vielen Geschichten zu entziehen

[...]

Sei dir zu schade, dich gebrauchen zu lassen,
damit jemand anderes sich profilieren kann.
Werte jedes Gespräch mit deiner Direktheit auf.
Sei kein Zweck. Sei nicht eines anderen Mittel.
Sei Spiegel für die, die sonst Spiegel meiden.
Halte an. Weigere dich. Verweigere dich.
Nein kann ein heiliges Wort sein.

[...]

(113)

aus: Du hast das Recht auf deine Kreativität

[...]

Unsere Fantasie ist unser größtes Geschenk.
Vielleicht ist sie mehr wert als unser Intellekt.
Mit ihr durchschauen wir nicht nur die Welt,
sondern entwickeln sie zu dem,
was früher undenkbar war und jetzt möglich wird.
Aus dem Nichts schaffen wir Wege,
aus unseren Träumen entsteht Zukunft.
Die Zukunft gehört den Visionären,
die fest auf dem Boden der Wirklichkeit stehen.

(125)

aus: Du hast das Recht auf deine große Liebe zum Leben

[...]

Es ist besser, begeistert zu sein

und darin enttäuscht zu werden,
als gar nicht erst mit Begeisterung zu leben,
weil man enttäuscht werden könnte.

Die Menschen, die meinen , abgeklärter zu sein
und alles durchschauen zu können
und sich etwas auf ihre Reife einbilden,
sind arm dran. Sie kennen nicht das Feuer
der Liebe und Begeisterung.

[...]

(129)

aus: Du hast das Recht, Leid in dein Leben aufzunehmen

[...]

Lass es dir nicht ausreden von denen,
die meinen, das Leben müsse leidfrei sein.
Sie verstehen die geheimen Verbindungen nicht
zwischen Leid und Wachstum,
zwischen Schwere und Reife.
du musst es ihnen auch nicht erklären,
wenn sie es nicht verstehen wollen.
Bleib still und vorsichtig bei deiner Sicht;
dass du das Recht hast, die dem Leid auszusetzen
und es bewusst und entschieden zu tragen.

Du wirst in Liebe zu denen stehen,
die es auch kennen und sich beschenkt fühlen,
wenn jemand mit ihnen steht und ihr Leid teilt.
Vielleicht wird es so halbiert, ohne Worte.

(132)

aus: Du hast das Recht, ein nachdenkliches Leben zu führen

Du hast das Recht, ein nachdenklicheres Leben zu führen,
als deine Mitmenschen. Schon lange spürst du,
dass du tiefer bohrst und weiter denkst. Das bist du.
Verweigere dich dem nicht. Sei dir auch da treu.
In dir hat sich etwas gebildet, dass diese Tiefe braucht.
Ohne sie ist dein Leben zu leer.

[...]

Kannst du es als deine Begabung verstehen?
Du bist mit Tiefe begabt, mit Komplexität,
mit einem Netzwerk an Fragen,
auf die die Antworten nur weitere Fragen sind.
Die Welt braucht Menschen wie dich.
Sie braucht, dass du deine Sicht auf die Welt
als deinen Beitrag verstehst.

Werde nicht einfach.

(133)

aus: Du hast das Recht, dich zurückzuziehen

[...]

Du hast das Recht, dich zurückzuziehen.

Du bist nicht weniger wert,
wenn du die Verantwortung nicht übernimmst
und andere machen lässt. Sie sind dran.

Es ist an der Zeit, an dich zu denken,
die stillen Seiten in dir zu entwickeln,
deine Tiefe auszuloten,
dein Herz besser kennenzulernen.

Du hast ein Recht auf deine Stille,
auf die Entwicklung deiner Einmaligkeit,
auf dem Weg, den nur du zu gehen hast.

(138)

Köln, 01.05.2026

Harald Klein