

## Heute: Enttäuschung aus der Dose

Morgens. Ich laufe auf eine Keksdose zu, die auf dem Küchentisch steht. Hunger. Ich öffne die Dose und schaue tief hinein. „Nanu, wer bist denn du?“ Auf dem spiegelnden Boden der Keksdose liegt ein Gesicht. Es hat die Augen weit aufgerissen und schaut mich an. „Nanu, wer bist denn du?“, fragt es. „Na, ich bin ich“, sage ich und das Gesicht sagt, es sei es. „Was machst du in der Dose, du Gesicht?“, frage ich und das Gesicht fragt mich dasselbe. „Langweiliges Gespräch“, sagen wir beide und ich zerstöre das kurzlebige Portal, indem ich den blechernen Deckel zwischen uns schiebe. Jetzt fühle ich mich ein bisschen alleine. Ich hätte gerne einen Keks gehabt, denke ich mir. Aber was habe ich denn erwartet? Nie kriege ich von den Keksen ab.

Meine Schwester kommt rein. Vierzehn und schlechtgelaunt. Passt wunderbar. Wenn ich hangry bin, habe ich den Drang zu streiten. Und ich sehe es der Situation an, heute viben wir beide dafür. „Lass uns über Erwartungen reden!“, rufe ich. „Es wird doch oft gesagt, nachdem man enttäuscht wurde, dass man einfach nicht so viel erwarten sollte. Aber das geht gar nicht! Ich zeige es dir an einem gedanklichen Beispiel.“ Ihr leidender Blick sagt, dass es frech ist, dass ich sie überhaupt anspreche. Meine streitlusternen Phantasien hinsichtlich des Ausgangs dieses tristen hungrigen Morgens wachsen währenddessen munter vor sich hin, ins Unermessliche. Entweder wird sie am Schluss weinen oder ich. Hoffentlich sie.

„Stell dir vor,“, sage ich, „vor dir stünde eine blecherne Keksdose. Ihre Farbe blättert schon ab. Ein hässliches Senfgelb. Du denkst dir, dass du eigentlich Lust auf einen Keks hättest. Aber da sind sowieso keine mehr drin. Oder schon? Was

ist drin?“ Meine Schwester schielt zur Keksdose hinüber, dann an mir vorbei, ihren Fluchtweg berechnend. Ich befördere mich, ohne meine Ansprache zu unterbrechen, auf die Diagonale zwischen sie und die Küchentür.

„Du greifst nach der Keksdose. Sie klemmt. Du ziehst und drehst. Nichts passiert. Du riechst an deinen Fingern. Sie riechen schon richtig doll nach Rost und Eisen. Niemand mag diesen Geruch. Trotzdem greifst du wieder zu. Ist doch lächerlich, dass die nicht aufgeht! Bis dahin hast du erwartet, die Dose einfach öffnen zu können. Natürlich unbewusst. Fast immer weißt du selbst gar nicht, was du eigentlich erwartest. Erst jetzt, als sich das Gefäß nicht öffnen lässt, also deine Erwartung widerlegt wird, spürst du sie zum ersten Mal wirklich. Also eben das Ausbleiben der Zufriedenstellung.

Und das ist sogar schlimmer, als die erfüllte Erwartung schön gewesen wäre: Wäre die Dose leicht aufgesprungen, hättest du dich weniger gefreut, als du jetzt unerfreut sein wirst, dass sie noch zu ist. Denn Mensch ist ja niemals so froh, dass etwas wie erwartet eintritt, wie Mensch unfroh ist, wenn etwas wider Erwarten nicht eintritt. Wir hassen generell Verlust oder Ausbleiben von Gewinn. *Losses loom larger than gains...* kannst du nachher googlen. Wirtschaftspsychologie.“ „Mach ich ganz sicher...“, höre ich es sarkastisch murmeln. Ich fahre unbeirrt mit meinem unerfragten Monolog fort.

„Mittlerweile steht dir der Schweiss auf der Stirn. Du hast schon so viel gezogen und gedrückt. Deine Hand fängt an zu brennen, die Haut ribbscht langsam auf, du greifst nach einem Handtuch, dann nach einem Gummihandschuh, du hämmerst die Dose gegen den Boden. So viel investiert. Aufgeben unmöglich. Auf einmal musst du wissen, was drin ist. Es ist von existenzieller Bedeutung.

Während du krampfst, kommt eine weitere unbewusste Erwartung oder Erwartungshaltung im Kontext des Keksdosen-Dilemmas zu Tage. Wenn du nämlich so viel investierst in das Öffnen einer Keksdose – meinetwegen auch in etwas ganz anderes, also in was auch immer du gerade investierst in deinem Leben – soll der Inhalt eben jener auch dem Aufwand entsprechen, den es verlangte, diese zu öffnen. Sonst bist du enttäuscht.

Also, während du immer mehr Energie in die Dose steckst, gleiten der Wert dessen, für was es sich lohnen würde, so viel Energie aufzuwenden, und der Wert dessen, was sich plausiblerweise in einer Keksdose befindet, nämlich Kekse, exponentiell auseinander. Die Krux: Du hast jetzt bereits mehr investiert, als Kekse wert sind. Fast aus Versehen. Dieser unbewusste und hier unvorteilhafte Mechanismus scheint mir dem ähnlich, der Initiationsriten und Eignungstests zugrunde liegt. Da wird man doch dazu verleitet, den Wert eines Studiums oder der Angehörigkeit einer Gruppe aufzuwerten: Nachdem du einen schwierigen Eignungstest bestanden hast, wirst du dem bedingungsloser und positiver gegenüberstehen, wofür du dich gerade als geeignet erwiesen hast, als wenn es diese Hürde nicht gegeben hätte. Weil du ja diese schwierige Hürde mit allen Kräften überwinden wolltest und warum hättest du das tun sollen, wenn du nicht überzeugt davon bist, dass es eine tolle Sache ist? Das Studium oder das, für was du jetzt eben geeignet bist. Wird in der Sozialpsychologie untersucht...kannst du ja auch mal googlen!

Aber jetzt erklärt dir das deine gutaussehende grosse Schwester, die soeben die Küche betreten hat und deinem Krampfen mit mitfühlendem Lächeln zusieht. Du bittest sie, dir zu helfen und die Dose zu öffnen. Sie nimmt die Dose an sich und – ZACK, offen ist sie. Sie brauchte sich nicht mal anzustrengen. Und du stehst verdrossen neben ihr, mit stinkender, mittlerweile blutender Hand sowie voller

unerfüllter und unerfüllbarer Erwartungen. Du Arschloch, denkst du dir, und danke!, sagst du. Fast willst du die Dose gar nicht mehr. Das miese Stück wollte ja nicht, dass du in sie hineinsiehst. Und jetzt erwartet sie, dass du dich immer noch für sie interessierst.

Die Dose fängt an, dich an deinen Exfreund zu erinnern. Da hast du auch die ganze emotionale Vorarbeit geleistet und dann kam die Neue und – ZACK, offen war er, perfekt war er, super mega toll war er. Und ganz alle Erwartungen übertreffend...Und dann will die Neue auf einmal doch nicht und dann kommt er halb-geöffnet wieder an und denkt, dass du jetzt auch alles und jeden nimmst!... *anyway*, das stand jetzt nicht in direktem Zusammenhang mit dem Gedankenexperiment und Argumentationsaufbau, aber...nun, du willst trotzdem noch unbedingt wissen, was in der Keksdose drin ist. Nur gleichzeitig weisst du, dass du ja nicht enttäuscht sein sollst. Zumindest sagen dir das alle im Nachhinein. Erwarte doch nicht immer so viel. Es ist ja bloss eine Keksdose.

Für deinen Konflikt offeriert dir dein Umfeld eine „Lösung“: Bau deine Erwartungen ab! Du hast es in der Hand. Du bist verantwortlich, wenn du enttäuscht bist. Du hast dich zwar blutig gemacht für diese Dose, aber das ist jetzt egal. Also nimmst du dir vor, dich in einen derart friedlichen Geisteszustand zu bringen, dass du gar nichts mehr erwartest – und damit gleichzeitig auch alles. Du bist in diesem Status völlig relaxed. Ich möchte, dass du nun versuchst, dich in einen derartigen Zustand der Erwartungslosigkeit zu versetzen. Versuche es, bitte. Ernsthaft. Meine Hypothese ist nämlich, dass es unmöglich ist, das durch Absicht zu erreichen. Versuch es. Wirst schon sehen. Gleich öffnest du die Keksdose, in die du so unbedingt hineinblicken willst. Wir haben nämlich eine solche in Anwesenheit. Schau. Du wirst nur enttäuscht sein.“

Meine Schwester öffnet die Dose und blickt hinein, schliesst sie wieder. „Nun, ich stelle ebenfalls eine Hypothese auf.“, sagt sie. „Nicht nur das fehlende Eintreten des Erwarteten kann dich enttäuschen, sondern auch eben das längstens Erwartete!“ „Nein.“, sage ich. „Na, dann sieh doch genau.“, sagt meine Schwester und reicht mir die Keksdose. Ich öffne sie und starre lange und tief in ihren spiegelnden Boden hinein. „Siehst du?“, sagt meine Schwester, „du hast nie einen anderen Inhalt erwartet. Aber alles was du siehst, ist eine einzige Enttäuschung.“ Während ich dem mir so vertrauten und gleichzeitig befremdlichen Antlitz entgegenblicke, klopf mir meine Schwester auf die Schulter. „Ich gehe jetzt einkaufen, willst du was?“ Ich schweige. „Vielleicht einen Keks? So einen wie auf der Dose?“, fragt sie. Ich zögere. Dann nicke ich schlicht. Als sie die Küche verlässt, fängt das Gesicht in der Dose an zu weinen und ich wünschte, ich wäre bei ihm auf der anderen Seite, um es zu trösten.

*(Schreibimpuls: Denk dir eine alte Keksdose. In ihr sind keine Kekse, sondern etwas überraschendes. Lasse dich davon zu einem Text inspirieren.*

*Alle Rechte verbleiben bei der Urheberin.*

*Kontakt: [fine@famdeg.ch](mailto:fine@famdeg.ch))*