Wie du deine eigene Landkarte zeichnest – Selbstautorschaft des Lebens in schwierigen Zeiten

Staffel 4 – Folge 10

Unser Gast: Eric Maisel

Transkript

Claudia Scheidemann

Willkommen zu einer weiteren Folge unseres Podcasts Tinte und Courage, auf Englisch Ink and Courage. Heute haben wir Eric Maisel als Gast, und wir fühlen uns sehr geehrt, ihn bei uns zu haben. Er ist der Autor von mehr als 60 Büchern, ehrlich gesagt kaum vorstellbar, in den Bereichen Kreativität, Sinn, Lebensaufgabe und psychische Gesundheit. Seine neuesten Bücher sind The Reenchantment of Meaning, Existential Nomads und The Human Experience Specialist. Über diese drei Bücher werden wir auf jeden Fall sprechen. Er entwickelt Zertifizierungskurse zu diesen Themen. Außerdem schreibt er als Blogger für Psychology Today und ist insgesamt ein Pionier der existenziellen Psychologie. Wir freuen uns also wirklich sehr, dass du in unserem Podcast bist. Herzlich willkommen.

Eric Maisel

Schön, hier zu sein. Wirklich schön, hier zu sein.

Claudia Scheidemann

Danke dir. Und, na ja, ich komme mir ein bisschen albern vor, einem Menschen, der mehr als 60 Bücher geschrieben hat, die erste Frage zu stellen, die wir jedem Gast stellen: Was bedeutet persönliches Schreiben für dich im Moment, gerade jetzt?

Eric Maisel

Es hat sich wahrscheinlich im Lauf der Jahre sowohl verändert als auch nicht verändert. Verändert hat sich, dass ich versuche zu verstehen, wie ich KI nutzen und trotzdem ein Schreibender bleiben kann, statt ein Kurator von Material zu werden. Ich glaube, viele Schreibende werden am Ende Kuratoren von Material sein. Das wird meiner Meinung nach eine ehrenwerte Art zu sein, aber es ist eine neue Art zu sein, und wir alle versuchen gerade herauszufinden, wie das geht.

Ich bin jemand, der KI viel nutzt, vielleicht mehr, als es sich gehört. Aber das ist meine Haltung, denn ich möchte meine Ideen so schnell wie möglich in die Welt bringen. Ich werde bald 80 und habe wahrscheinlich nur noch 40 oder 50 Jahre vor mir. Also muss ich die Bücher herausbringen. Das hat sich geändert. Unser Verhältnis zum Schreiben hat sich geändert.

Was sich nicht geändert hat, ist meine grundlegende Neugier darauf, wer wir sind. Wir sind komplizierte Wesen. Einerseits scheinen wir Persönlichkeiten zu haben, die beständig genug sind, dass wir für uns selbst und für andere wiedererkennbar sind. Onkel Joe sieht jedes Mal, wenn wir ihn sehen, ziemlich genau aus wie Onkel Joe.

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Und doch gibt es das Phänomen, dass sich die Persönlichkeit radikal neu ordnet, wenn etwas passiert: Man verliert seinen Job und ist plötzlich deutlich weniger selbstsicher als einen Tag zuvor, oder es gibt alle möglichen anderen Veränderungen, die sehr schnell eintreten. Ich will damit sagen: Ich finde, wir sind sehr interessante Wesen, und die helfenden Berufe – Coaching, Psychiatrie, Psychologie, verschiedene Ansätze, sogar die Ideen der Peer-Beratung –, all diese verschiedenen Arten zu helfen, berücksichtigen nicht ganz, wie kompliziert wir sind.

Und das ist nachvollziehbar, denn vieles davon ist schlicht nicht zu erkennen. Wir wissen nicht, was im Inneren eines anderen Menschen vorgeht. Wir wissen es nicht nur nicht. Wir wissen auch nicht wirklich, was womit zusammenhängt. Wir wissen nicht, warum eine Wolke, die am Himmel vorbeizieht, eine existenzielle Krise auslösen kann. Was geht da vor sich, wenn Kleinigkeiten zu großen, dramatischen Schwierigkeiten führen?

Ich will damit also sagen: Was gleich geblieben ist, ist meine Neugier darauf, was da vor sich geht. Ich fange gerade an, an einem Buch zu arbeiten, bei dem ich mir nicht sicher bin, ob ich es wirklich schreiben werde, aber es interessiert mich. Es geht um das, was ich das „God-Bug-Syndrom“ nenne, also die Art, wie wir uns gleichzeitig aufblasen und kleinmachen, fast im selben Moment. Ich glaube, das erklärt einen großen Teil des Widerstands, den Schreibende gegenüber dem Schreiben erleben: Sie haben eine große Idee, die grandios und wunderbar ist und so weiter, und dann sind sie ihr plötzlich nicht gewachsen. Der Käfer-Teil, Kafkas Kakerlake, taucht irgendwie über Nacht auf, jedenfalls auf irgendeine Weise. Ich schweife ein bisschen ab, aber das ist die lange Antwort auf deine einfache Frage.

Claudia Scheidemann

Ich meine, offensichtlich hast du einen Weg gefunden, damit umzugehen, wenn man mehr als 60 Bücher in die Welt bringt. Diese Zahl finde ich faszinierend, aber auch die Bandbreite der Themen, die du behandelt hast. Und ich habe vor ziemlich langer Zeit mindestens eines deiner Bücher entdeckt, als ich (?) mit Depression zu tun hatte, und es war Van Gogh Blues. Für mich war es das erste Mal, dass ich eine andere Haltung zur Depression einnehmen konnte und darüber nachdachte, was Kreativität damit zu tun haben könnte. Wenn mir damals jemand gesagt hätte: Eines Tages wirst du deinen eigenen Podcast moderieren, hätte ich gesagt: Ja, bestimmt nicht. Es ist also erstaunlich, was für Schleifen das Leben schlagen kann.

Eric Maisel

Das hat sehr früh angefangen. Ich war als kleiner Junge ein Mathe- und Naturwissenschaftskind. So sahen meine Altersgenossen und ich uns: als kleine Astrophysiker oder was auch immer. Ich ging in New York City auf eine mathematisch-naturwissenschaftliche Highschool, eine Spezialschule. Irgendwann, schon sehr früh, machte ich zwar weiter damit, aber es hörte auf, mich zu interessieren, weil es nicht um Menschliches ging. Es ging nicht genug um Menschliches. Es ging um große Zahlen und weite Entfernungen und mechanische Dinge, die mich eigentlich nicht interessierten.

Während ich also Newton las, las ich als kleiner Junge ungefähr gleichzeitig Sartre. Mein Interesse am Existenzialismus und an existenzialistischer Literatur entstand also irgendwie schon, als ich noch ein sehr kleines Kind war. Ich erinnere mich, dass ich als ganz kleiner Junge

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Sartres Autobiografie Les Mots las und ihm zustimmte, wie schön es war, keinen Vater zu haben. Er hatte keinen Vater. Ich hatte keinen Vater.

Mir fiel auf, wie schwer es meine Freunde mit ihren Vätern hatten. Diese Väter waren meist ziemlich autoritär, und es war ein ganz anderer Tag, wenn die Väter von der Arbeit nach Hause kamen: wie dunkel die Tage für sie wurden und wie hell sie für mich blieben. Ich reagierte also schon sehr früh auf die Existenzialisten. Und Sartre schrieb irgendwann einen Essay darüber, wohin es mit dem Existenzialismus als Nächstes gehen solle. Seine Antwort war: Ich weiß es nicht. Ich schreibe mal eine Biografie über Balzac oder Flaubert oder irgendjemanden.

Er handelte damit tatsächlich in „bad faith“, in Selbsttäuschung, und zwar in diesem Sekundenbruchteil seines Lebens, indem er nicht verfolgte, wohin der Existenzialismus führen könnte. Und ich habe diese Aufgabe als Kind übernommen. Ich weiß nicht, warum, aber ich fing an, mich zu fragen, wohin der Existenzialismus als Nächstes gehen sollte. Es ist also ein beständiges, durchgängiges Thema für mich seit frühester Kindheit.

Claudia Scheidemann

Das ist ein erstaunlicher Hintergrund, und auch so viele Jahre über existenzielle Fragen nachzudenken, denn normalerweise versuchen wir, ihnen auszuweichen. Und was ich schon am Anfang deines Buches Existential Nomads so faszinierend fand, war, dass du diese existenzielle Krise beschreibst, mit der sehr viele Menschen gerade kämpfen und die sie erleben. Und du hast den Begriff oder die Formulierung „Selbstautorschaft des Lebens“ geprägt. Darüber habe ich viel nachgedacht, und ich bin mit dem Buch noch nicht durch, es kommt also noch vieles. Und du sagst auch, dass Freiheit für Menschen nichts Beruhigendes ist.

Eric Maisel

Nein, der Mangel an Freiheit, den wir erfahren haben, weil wir mehrere Identitäten hatten, wie Vater und Sohn und Schreibender und Berliner und was auch immer, das waren Einschränkungen der Freiheit. Jede davon hinderte uns daran, jemand anderes zu sein, aber sie waren nützlich. Wir wachten auf und wussten: Wenn wir in unserer Vater-Identität waren, mussten wir ein Erdnussbutter-Marmeladen-Sandwich machen, oder was auch immer die Identität war, mit der wir aufwachten, das war das, was wir tun mussten. Wir hatten nicht viel Freiheit, dieses Sandwich nicht zu machen, ohne uns gewissermaßen der Verantwortung zu entziehen.

Wir leben jetzt in einer seltsameren Zeit, in der wir freier sind, das heißt, wir wachen typischerweise auf und wissen nicht mehr, wer zum Teufel wir eigentlich sind und was wir tun sollen. Das ist ein bisschen dramatisiert, übertrieben dramatisch, aber gar nicht so weit davon entfernt, wie viele Menschen das Leben gerade erleben. Es gibt immer noch Ehefrauen und Mütter und dies und das, aber alles ist viel zerbrechlicher und wackeliger und steht zur Disposition. Und das ist die ultimative Freiheit. Wir können jeder sein, der wir sein wollen, wenn wir aufwachen, aber das fühlt sich nicht gut an. Und es ist sehr schwer zu wissen, was man tun soll, wenn man diese Freiheit hat. Es ist eine Variante des Sisyphos, der seinen Stein den Berg hinaufrollt, und der Stein rollt wieder hinunter. Jeden Tag rollen wir den Stein der Identität nach oben, er rollt wieder hinab, und wir sind nicht sicher, ob wir das richtige Leben gelebt haben oder

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

das Leben, das wir leben wollten, oder was auch immer. Freiheit ist also ein sehr gemischtes Geschenk, und manche Einschränkungen können notwendig oder wertvoll sein.

Claudia Scheidemann

Was ist also deine Idee dazu, na ja, wie wählen wir gut? Und letztlich diese Einschränkungen …

Eric Maisel

Ich weiß nicht, wie wir gut wählen, aber ich muss hier einen etwas längeren Satz sagen. Erstens glaube ich nicht, dass das Leben einen Sinn und Zweck hat. Ich glaube, dass jedem von uns viele Dinge wichtig sind und dass wir mehrere Lebensaufgaben haben. Das ist also der erste Perspektivwechsel, der in der Welt nötig ist: weg von der Vorstellung, dass es eine Bestimmung des Lebens gibt, hin zu der eher praktischen Idee, dass wir mehrere Lebensaufgaben haben. Auch wenn wir mehrere Lebensaufgaben haben, glaube ich dennoch, dass wir sie alle in einer Art Leitspruch oder Lebensaufgaben-Satz zusammenfassen können, der uns durch den Tag und durch das Leben hindurch orientiert.

Bei mir lautet er: Tu das nächste Richtige. Das ist mein Lebensaufgaben-Satz.

Ich weiß nicht, was das in drei Minuten bedeutet. Ich weiß nicht, was das nächste Richtige sein wird. Aber das ist trotzdem meine Absicht. Und ich glaube, so gehen wir mit dieser Identitätskrise um: Wir bleiben mutig, wo wir sind, und fragen uns fast, was die nächste richtige Identität für den nächsten Moment ist. Muss ich als Nächstes meine Mutter-Identität hervorholen, weil das Baby weint, oder was muss ich tun? Es ist ein richtiges Ding nach dem anderen.

Es ist ein sehr anspruchsvoller Ort, an dem man da steht, wenn man von sich selbst durchgängig moralische oder prinzipientreue Verantwortung für das Leben verlangt. Vieles, was auf Prinzipien beruht, hat Folgen. Als aktivistisch schreibender Mensch kann es passieren, dass der Staat nach einem sucht und einen wegsperrt. Das nächste Richtige zu tun ist also leicht gesagt, und wir verstehen, was es bedeutet. Aber es zu tun, ist sehr schwer. Vielleicht heißt es also: die meisten der nächsten richtigen Dinge tun und einige der gefährlichen auslassen, oder … es ist eine kompliziertere Aussage als das. Aber ich finde, als Überschrift ist es ein guter Lebensaufgaben-Satz, einfach zu versuchen, das nächste Richtige zu tun, was bedeutet, ständig abzuwägen, was das ist.

Michaela Muschitz

Aber ist es nicht auch so, dass uns all die Möglichkeiten irgendwie überfordern, und all die Dinge, bei denen wir sehen, dass es vielleicht das nächste Gute gäbe, das wir tun müssten? Ist das nicht überwältigend?

Eric Maisel

Es ist überwältigend. Ich glaube, wir sind völlig überfordert, und ich glaube, all die, sagen wir, Epidemien, von denen wir hören, Epidemien von Depression und Angst und Sucht und Einsamkeit und Arbeitszufriedenheit und Schlaflosigkeit. Wir können sie alle benennen. Sie nehmen alle zu, und es ist das, was du gerade gesagt hast. Es kommt aus dem Ort von Angst

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

und Überforderung. Und das Handtuch zu werfen: Überforderung ist eine Art, es zu sagen, aber ich glaube, die Leute wollen einfach aufgeben.

Es ist eine Sache, überfordert zu sein, aber eine andere, sich trotz der Überforderung zu sagen: Ich mache weiter. Das ist eine Art zu sein, die viele Menschen leben, weil sie die Miete bezahlen müssen und auch überfordert bei der Arbeit erscheinen müssen. Es gibt furchtbar viele Menschen, die mehr als überfordert sind. Sie haben einfach aufgegeben. Und so gibt es Anstiege bei Suizidalität. Es gibt viele verschiedene Anzeichen dafür, dass Menschen aufgeben. Und ich glaube, es kann nur schlimmer werden. Vielleicht beschert uns die KI ein Aussterbeereignis, und wir müssen uns darüber keine Sorgen mehr machen. Aber solange wir noch da sind, müssen wir uns mit dieser Anforderung an uns selbst auseinandersetzen, der wir nicht mehr gerecht werden können: Gründe zu finden, etwas zu tun.

Es ist im Moment sehr schwer, Gründe zu finden, irgendetwas zu tun, außer auf der praktischen Ebene, Essen auf den Tisch zu bringen. Und selbst da, glaube ich, fällt es vielen Menschen schwer, die Motivation aufzubringen, auch nur diese grundlegenden Dinge zu tun. Und ich weiß, dass wir jetzt noch einen Satz erwarten, der mit „und die Antwort lautet“ weitergeht, aber ich glaube nicht, dass es darauf eine Antwort gibt. Ich glaube, es geht eher bergab.

Claudia Scheidemann

Und ich denke dazu auch, dass diese Vorstellung, man müsse es allein schaffen, ebenfalls ein massives Hindernis dafür ist, so einen Lebensaufgaben-Satz zu entwickeln oder zu finden. Und auch, wie du sagtest, diese Forderung oder Idee, man müsse etwas ganz Besonderes tun, wenn man sich in einer Situation befindet, in der man.

Eric Maisel

Und das sind alles schöne, komplizierte Fragen. Eines der Dinge, die meiner Meinung nach bei kreativen und/oder intelligenten Menschen passieren, stellen wir uns einfach vor, wir sprechen über die oberen, oder wie auch immer man sie nennen will, die oberen 5 Prozent der Bevölkerung. Wir sprechen hier nicht von allen. Aber jemand, der in Kreativität oder Intelligenz zwei Standardabweichungen über dem Durchschnitt liegt, sagen wir, was genau das auch bedeutet. Dieser Mensch wird sich von Anfang an als Individuum erleben.

Er wird sich umschauen, seine Eltern ansehen und sagen: Wer sind diese seltsamen Wesen, und warum sagen sie mir, was ich tun soll? Und diese 5 Prozent sind, glaube ich, schon von Geburt an stur. Das heißt, sie werden ihr ganzes Leben lang für ihre Individualität kämpfen. Wenn die Gesellschaft X sagt, sagen sie Y. Warum sagst du mir, dass ich das tun soll? Du sagst, es gibt einen Gott, aber warum gibt es 73.000 Religionen? Was hat es damit auf sich? Erklär mir das.

Dieser Kampf darum, die Individualität zu behalten, besonders in den Teenagerjahren und dann in den ersten Collegejahren, führt zu viel Widerstand, viel Risikobereitschaft, viel Kampf um Individualität. Selbst wenn es seltsam oder gefährlich oder dumm aussieht, ist es doch dieser Kampf, man selbst zu sein. Dieser Mensch, der für seine Individualität kämpft, ist also von Natur aus kein Mitmacher. Er zögert, sich anzuschließen.

Vielleicht tritt er einem Chor bei oder ... es gibt Dinge, vielleicht tritt er einer Fußballmannschaft bei. Es gibt Dinge, denen er aus bestimmten Gründen beitritt, aber er wird in seinem Team das

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Individuum sein. Er wird derjenige sein, der dem Trainer nicht ganz zuhört oder hinterfragt, warum der Trainer das sagt, und deshalb aus dem Team fliegt und dieser Mensch ist. Aber ich glaube, bei kreativen, intelligenten Menschen gibt es diese lebenslange Spannung zwischen dem Kampf um Individualität und dem Hunger nach Gemeinschaft.

Es ist ein Kampf, es ist eine Spannung. Und ich glaube nicht, dass das in Richtung Gemeinschaft meistens besonders gut ausgeht. Ich glaube nicht, dass neun Individuen, die zusammenkommen, tatsächlich eine Gemeinschaft bilden. Sie gehen nach kurzer Zeit wieder auseinander, einer nach dem anderen oder alle auf einmal. Aber es ist für Menschen, die bis zum Tod für ihre Individualität kämpfen, sehr schwer, auch einen Teil dieser Individualität um der Gemeinschaft willen abzugeben.

Claudia Scheidemann

Wir sprechen hier also über eine ganze Reihe von Herausforderungen, und ich frage mich: Okay, was machen wir jetzt damit? Du hast deine Neugier erwähnt, und für mich ist Neugier eine der, sagen wir, Superkräfte, mit denen man zumindest versuchen kann, mit diesen sehr schwierigen Fragen zu leben.

Eric Maisel

Ja, eine Antwort, die ich vorschlage, ist dieser Human Experience Specialist, dieser neue Helfertyp. Diesen Menschen gibt es noch kaum. Wir haben das Programm erst diese Woche gestartet. Das Buch The Human Experience Specialist ist erst seit Kurzem draußen. Aber es stellt einen Helfer vor, der weder Coach noch Therapeut ist, der Menschen begleitet, gewissermaßen wie ein professioneller Freund.

Man möchte es nicht ganz so sagen, aber so ungefähr ist dieser Mensch. Und statt mit Klientinnen und Klienten gemeinsam Ziele zu setzen, was sehr schwierig sein kann, weil sie ihre Ziele oft nicht erreichen, arbeitet er anders. Dann kann es eine sehr enttäuschende Beziehung werden, in der der Coach jede Woche oder jeden Monat fragt: Wie ist es gelaufen? Und der Klient sagt: Na ja, nicht ganz so gut, das ist dazwischengekommen und jenes ist dazwischengekommen und das Leben ist dazwischengekommen. Statt auf der Zielebene zu arbeiten, entwickelt dieser Human Experience Specialist also gemeinsam mit den Klienten kleine Lebensexperimente.

Das Schöne an dieser Idee ist, dass diese Experimente nicht funktionieren müssen. Es gibt keine Scham, wenn ein Experiment nicht funktioniert. Es ist nicht wie bei einem Ziel. Es ist etwas anderes. Es ist eine Sache, sich als Ziel zu setzen, 1.000 Wörter am Tag zu schreiben. Es ist etwas anderes, ein Experiment durchzuführen, jeden Tag 1.000 Wörter zu schreiben. Und dann stellt sich heraus: Das ist die falsche Zahl. Das ist die falsche Zahl. Vielleicht sollten es 500 sein. Oder vielleicht ist es das falsche Buch oder vielleicht dies oder vielleicht das.

Aber es gibt weniger Scham und Enttäuschung bei einem Begleitungsmodell als bei einem Modell, das Ziele setzt. Und natürlich könnten wir stundenlang über die Probleme der Psychiatrie, der Psychologie und dieses ganzen Etikettierungssystems sprechen und darüber, dass es für Menschen nicht besonders hilfreich ist. Aber dieser Human Experience Specialist ist, glaube ich, der Mensch, der in der kommenden Zeit am meisten helfen kann. Ich glaube, das wird eine krisenfeste Identität sein, denn wie könnten Freunde aus der Mode kommen oder wie

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026

könnten Freunde ... das wäre ein großer Absturz, wenn Freunde jetzt nicht mehr zählen, und vielleicht gehen wir dahin, aber ich glaube es nicht. Ich glaube, das Begleitungsmodell hat Zukunft und wird die Menschen ansprechen.

Claudia Scheidemann

Ja, besonders, ich meine. Ich komme aus dem Coaching, und ich muss zugeben, dass ich die Idee der Zielsetzung auch hinter mir gelassen habe. Als ich das letzte Mal selbst aufgefordert wurde, SMART-Ziele zu setzen, habe ich gesagt: Nein, das mache ich nicht.

Eric Maisel

Das mache ich nie wieder, keine SMART-Ziele mehr.

Claudia Scheidemann

Keine SMART-Ziele mehr. Und dann habe ich ein bisschen recherchiert, und interessanterweise stammen SMART-Ziele aus der Geschäftswelt. Und es hat sich gezeigt, dass sie in der Selbstentwicklung nicht funktionieren.

Eric Maisel

Und ich würde nicht so weit gehen zu sagen, dass sie gar nicht funktionieren, aber sie haben viele Schattenseiten, Schwierigkeiten und Enttäuschungen. Ziele zu haben hat etwas, das mit existenzieller Motivation und Lebensaufgabe und Sinn und so weiter zu tun hat. Auch wenn wir diese Ziele nicht erreichen, spricht es etwas an, das wir wahrscheinlich brauchen. Es ist nur nicht das vollständige oder richtige Modell.

Michaela Muschitz

Und ich denke das auch, denn ich sage das auch meinen Klientinnen und Klienten oder den Menschen, mit denen ich arbeite: Probiert diese Dinge einfach als Experiment aus. Denn wenn man ein Ziel setzt, weiß man nicht, ob es wirklich das ist, was ich erreichen will. Wenn man aber experimentiert, kann man erfahren: Ist es das, wofür ich weitermachen möchte? Diese winzigen Experimente also, einfach um etwas auszuprobieren und ein Gefühl für das Werkzeug zu bekommen, für die Dinge, die ich erreichen will. – So geht es.

Eric Maisel

Ich möchte nur sagen: Es kann sogar das richtige Ziel sein, aber in der falschen Größe. Das heißt, ihr beide habt vielleicht 1.000 Wörter am Tag gewählt, aber es ist einfach die falsche Größe, weil der Schreibende nur 20 Minuten hat, also ist die richtige Größe 100 Wörter, nicht 1.000 Wörter. Es kann also sogar das richtige Ziel sein, aber in der falschen Größe. Es gibt also viele Probleme mit dem Modell der Zielsetzung.

Michaela Muschitz

Und mir gefällt, dass zu Experimenten dazugehört, dass man scheitern kann, und dass dabei nichts Schlimmes passiert. Es ist einfach ein: Ach so, so funktioniert es also nicht, dann kann ich einen anderen Weg finden, der mir vielleicht weiterhilft.

Eric Maisel

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Und übrigens, ein Experiment kann man nicht scheitern lassen. Alles, was man tun kann, ist, dass es nicht funktioniert.

Michaela Muschitz

Ja, genau.

Claudia Scheidemann

Es ist ein Sammeln von Informationen.

Eric Maisel

Bei Experimenten brauchen wir keine Sprache des Scheiterns. Ich weiß nicht. Wie viele Glühfäden hat Edison ausprobiert, bevor er bei Wolfram ankam? 10.000 Glühfäden, bevor er den richtigen für eine Glühbirne gefunden hatte. Erfolgreiche Menschen sehen so etwas nicht als Scheitern. Sie sehen es als laufenden Prozess. Noch nicht am Ziel. Vielleicht enttäuschend. Ach, den Glühfaden habe ich noch nicht, aber kein Scheitern. Keine Selbstbeschreibung als gescheitert.

Michaela Muschitz

Und ich finde, das ist ein sehr, sehr großer Unterschied. Wenn ich sage: Ich habe es noch nicht geschafft, es ist einfach nicht das richtige Werkzeug, oder Scheitern, wie auch immer, aber es hat nichts mit mir als Person zu tun. Ich bin kein schlechter Mensch, nur weil es nicht geklappt hat. Und das ist, finde ich, ein sehr, sehr großer Unterschied in der Art, die Dinge zu sehen.

Eric Maisel

Und da haben wir, glaube ich, einige gute Dinge aus der kognitiven Psychologie gelernt, darüber, um es mit dem buddhistischen Ausdruck zu sagen, unseren Geist in den Griff zu bekommen und darüber, dass wir die richtigen Dinge denken müssen. Ich unterrichte in Workshop-Zentren eine Journaling-Methode, die sich Focused-Journal-Methode nennt, und es wäre zu mühsam, alle Schritte davon zu erklären. Aber die Hauptpunkte sind: die Frage richtig zu stellen, was beim ersten Anlauf vielleicht nicht gelingt. Also die Frage, den Impuls, den man sich selbst stellt. Und dann in mehreren Schritten zu schauen, ob sich eine Erkenntnis gewinnen lässt, nach der Erkenntnis zu suchen, also nicht nur die Erfahrung des persönlichen Schreibens zu machen, sondern jetzt im persönlichen Text herumzustöbern, um zu sehen, was da ist und was man daraus lernen kann.

Und die zwei großen Dinge, die beim Journaling oft nicht dazukommen, sind dann, die eigenen Gedanken an der Erkenntnis auszurichten, also jetzt anzufangen, die richtigen Dinge zu sagen, und das eigene Verhalten an der Erkenntnis auszurichten, also anzufangen, die richtigen Dinge zu tun. Da gibt es also ein vollständiges Paket aus Journaling, dem Erkennen einer Einsicht und dem anschließenden Ausrichten von Gedanken und Handlungen an dieser Einsicht, auf das wir eigentlich hinauswollen. Ich meine, viele Menschen sind zufrieden damit, einfach nur zu journalen, und das ist in Ordnung. Aber ich glaube, ihnen entgeht dabei vielleicht eine Chance.

Es sieht so aus, als würden so viele Leute seit 30 oder 40 Jahren Julia Camerons Morgenseiten schreiben, seit The Artist's Way erschienen ist. Und trotzdem haben sie ihr Buch nicht geschrieben.

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026

Claudia Scheidemann

Ja.

Eric Maisel

Ihre Worte fließen in die Morgenseiten, nicht in ihr Buch. Das ist eine Herausforderung, die ich ständig bei Klienten sehe: Das Journaling ist wunderbar, aber es sollten eher Abendseiten sein als Morgenseiten, wenn die Priorität darin besteht, das Buch fertigzustellen, und das Buch jeden Tag an erster Stelle stehen soll.

Claudia Scheidemann

Ja, ich denke, genau da brauchen wir für mich die Verbindung der Seite zum wirklichen Leben. Denn ich kann ewig reflektieren, und das habe ich in Phasen meines Lebens auch getan, ehrlich gesagt auch mit Morgenseiten. Und irgendwann habe ich gemerkt: Das ist es nicht. Ich schreibe immer wieder dieselben Dinge, immer und immer wieder. Und es fehlt etwas.

Eric Maisel

Ja. Und es versäumt zwei Dinge. Es hält den Traum nicht aufrecht, und es ist kein guter Realitätstest, nur zu schreiben und zu schreiben. Es verbindet sich nicht mit der Realität und hält den Traum nicht aufrecht. Beides ist wichtig. Wir müssen tun, was auch immer. Noch einmal, bei diesen 5 Prozent der Bevölkerung, ich bin nicht sicher, ob alle, die anderen 95 Prozent haben die Art von Träumen, über die wir sprechen: Träume davon, etwas zu erschaffen oder etwas zu erreichen oder die Welt zu verändern oder von Nutzen zu sein oder was auch immer.

Aber um nach diesen Träumen zu streben, müssen wir sie auf irgendeine Weise aufrechterhalten, und zwar auf eine Weise, die einer regelmäßigen Praxis gleichkommt, sonst passiert nichts. Deshalb habe ich ein Buch mit dem Titel The Power of Daily Practice geschrieben. Ich glaube, wenn wir die wichtigen Dinge nicht täglich tun, nicht jeden zweiten Tag, das ist nicht gut genug. Nicht jeden dritten Tag. Denn wenn wir versuchen, es jeden dritten Tag zu tun, verlieren wir einfach Monate und verlieren Jahre. Die Sache verschwindet einfach, was auch immer die Sache ist.

Wenn die Frage also lautet, was hilft, was auch immer die Elemente sind, über die wir sprechen, wenn die Frage lautet, was hilft, dann ist eine tägliche Praxis irgendeiner Art, die bewusst darauf ausgerichtet ist, sich selbst zu helfen, eines der Dinge, die wir anstreben müssen. Wir brauchen eine tägliche Praxis, was auch immer sie ist. Und natürlich kommt sie zusätzlich zu all den anderen täglichen Praktiken, die viele Menschen schon haben, ihr Tai-Chi und ihr Training und ihre Meditation und so weiter. Es kommt also noch etwas obendrauf. Aber diese tägliche Praxis im Dienst der eigenen Lebensaufgaben ist ein wichtiger, ein großer Zusatz.

Claudia Scheidemann

Und ich denke, das passt auch zu dem, was du in deinem anderen neueren Buch geschrieben hast, The Reenchantment of Meaning. Und in unserem kurzen Gespräch vorab hast du gesagt, dass es auch eine Art Perspektivwechsel ist, Sinn als ein Gefühl zu betrachten.

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Eric Maisel

Ja, seit Tausenden von Jahren haben wir die Metapher, dass wir nach Sinn suchen, dass der Sinn irgendwo da draußen ist. Man geht also auf eine Visionssuche oder eine Pilgerreise oder fährt nach Indien und sitzt zu Füßen eines Gurus oder was auch immer. Der Sinn ist da draußen.

Ich habe das nie geglaubt, es hat für mich nie Sinn ergeben, denn am einfachsten lässt es sich so denken: Zwei Menschen sitzen in einem Vortrag. Der eine findet ihn sinnvoll, der andere findet ihn nicht sinnvoll. Das kann nichts mit dem Vortrag an sich zu tun haben. Es muss um unser subjektives Erleben von Sinn gehen. Es muss damit zu tun haben, wie wir innerlich auf Dinge reagieren. Dort liegt der Sinn.

Lange Zeit habe ich also gedacht, dass Sinn eine subjektive psychologische Erfahrung ist. Ich habe dann angefangen, es einfacher zu sagen: Sinn ist ein Gefühl. Und als Gefühl muss er natürlich kommen und gehen wie alle Gefühle. Wir müssen also aufhören, überrascht zu sein, wenn der Sinn uns verlässt. Es ist an der Zeit, nicht überrascht zu sein, wenn das, was wir tun, sich nicht sinnvoll anfühlt. Es bedeutet nur, dass wir ein bestimmtes Gefühl gerade nicht erleben. Der Sinn kommt am Dienstag oder am Donnerstag oder am Sonntag zurück. Er kommt zurück, weil er diese Art von Gefühl ist. Hoffentlich kommt er zurück. Aber es gibt keinen Grund, das furchtbar zu finden, als würden wir den Sinn ganz falsch handhaben.

Wenn Sinn also ein Gefühl ist, das verschwindet, was wollen wir dann tun? Wir wollen ihn zurückeinladen. Wir können ihn nicht zurückzwingen. Wir können Sinn nicht wirklich machen. Ich benutze manchmal oder sogar oft die Formulierung „Sinn machen“. Wir können ihn nicht wirklich machen. Aber wir können ihn zurückeinladen, indem wir Dinge tun, von denen wir vermuten, dass sie sich sinnvoll anfühlen werden. The Reenchantment of Meaning beschreibt, glaube ich, 60 Türen zur Wiederverzauberung des Sinns, 60 Einladungen. Das ist es, was diese große Zahl bedeutet: Es gibt viele Dinge, die diese Erfahrung auslösen können, sei es, die Hand des eigenen Kindes beim Überqueren der Straße zu halten oder ein Gespräch mit Tante Rose über die Familie zu führen, wer weiß was. Ein Huhn zu rupfen, was auch immer es ist.

Es gibt viele Dinge, die die Erfahrung von Sinn auslösen können. Das ist ... Unser bestes Wissen, unsere beste Information ist das, was sich in der Vergangenheit tatsächlich sinnvoll angefühlt hat, nicht das, was sich hätte sinnvoll anfühlen sollen, wie unser Doktorandenprogramm. Bei fast niemandem hat sich das Doktorandenprogramm sinnvoll angefühlt, es war einfach mühsam. Vergesst also die Dinge, die sich angeblich sinnvoll hätten anfühlen sollen, und fragt: Was hat sich tatsächlich sinnvoll angefühlt? Nun, mit sechs Jahren mit einem Buch in einer Ecke zu sitzen, das hat sich sinnvoll angefühlt. In ein Kino zu gehen und etwas auf der großen Leinwand zu sehen, das hat sich einfach sinnvoll angefühlt. Oder Beethovens Neunte zu hören oder was auch immer es für den jeweiligen Menschen ist. Das sind Erfahrungen, die wir dann wiederholen können, oder in aktualisierter Form wiederholen. Sinn ist also gar nicht so geheimnisvoll, solange wir aufhören zu denken, er sei da draußen. Solange wir aufhören zu denken, er sei eine objektive Realität, und verstehen, dass es einfach etwas ist, das wir zu fühlen versuchen, und dass wir Wege haben, es zu versuchen, wenn wir uns nur dafür öffnen, diese Einladungen anzunehmen.

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Claudia Scheidemann

Ja, und die Beispiele, die du gerade genannt hast, zeigen auch, dass es nicht diese große, pompöse, großartige, wunderbare Sache sein muss, die das Gefühl von Sinn hervorruft, sondern dass es Alltagserfahrungen sein können.

Eric Maisel

Fast nie ist es das.

Claudia Scheidemann

Genau.

Eric Maisel

Es ist fast immer der Blick in den Nachthimmel oder etwas Ähnliches, oder irgendwelche Verbindungen, die außerhalb unseres Bewusstseins entstehen, und wir haben plötzlich einen Moment des Einverstandenseins. Die Dinge scheinen stimmig. Die Welt ergibt für eine Sekunde Sinn, dann ergibt sie wieder keinen Sinn mehr. Aber für eine Sekunde hat sie Sinn ergeben. Das ist eine Erfahrung. Das ist ein Gefühl.

Deshalb nenne ich diesen Helfer so. Ich habe lange überlegt, wie ich ihn nennen soll, es ist nicht so leicht, einen neuen Namen zu erfinden, der so etwas ist wie Coach oder Therapeut. Aber ich wollte das Wort Erfahrung darin haben. Deshalb nenne ich diesen Menschen einen Human Experience Specialist, denn es geht um Erfahrungen. Es sind keine abstrakten Vorstellungen davon, was sich sinnvoll anfühlen sollte oder was der eigene Lebenszweck sein sollte. Es sind Erfahrungen damit, was sich sinnvoll anfühlt und wie man Lebensaufgabe durch Tun erlebt.

Claudia Scheidemann

Es knüpft, finde ich, auch offensichtlich an den Ansatz der Existential Nomads an, über den wir vorhin gesprochen haben. Wie finde ich also diesen Sinn? Wie kann ich ihn erschaffen? Und wieder geht es darum, wenn ich es noch nicht weiß.

Eric Maisel

Es ist schwer, diese Sprache zu ändern, aber man kann ihn nicht finden. Es ist wirklich schwer zu ändern, denn ich arbeite mit einer Klientin, und sie benutzt drei Sätze lang die Sprache des „Sinn machens“, aber dann fallen wir wieder in das „Sinn finden“ zurück. Es gibt nichts zu finden. Es ist wie bei der Frage, wie wir Freude finden. Es gibt nichts zu finden. Wir können Situationen schaffen, in denen wir sie vielleicht erleben, oder wir können auf Freude hoffen, aber sie wartet nicht um die Ecke.

Sie liegt nicht einmal an den Orten, an denen wir meinen, dass Freude wohnt, nehmen wir Freude nur für einen Moment als Beispiel. Vielleicht denken wir, die Freude wohnt auf der Geburtstagsparty, zu der wir gehen, und wir kommen dort an, und unsere Freundin ist nicht da, und plötzlich ist die Party kalt für uns, weil wir nach Freude gesucht haben, wir auf Freude gehofft haben. Aber wir können Dinge wie Freude nicht garantieren, und wir können ein Gefühl nicht garantieren. Deshalb können wir nichts garantieren. Es ist so, als ob die Leute denken,

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026

wenn man nur hart genug sucht, gäbe es eine eingebaute Garantie, dass wir Sinn finden. Eine solche Garantie gibt es nicht, kann es nicht geben.

Claudia Scheidemann

Ich denke, das ist tatsächlich die große Umstellung: das zu verstehen und auch zu akzeptieren, dass ich nicht alles in der Hand habe. Es geht um Vorhersagen, um Wahrscheinlichkeiten, und zwar auf Grundlage von Erfahrung.

Eric Maisel

Das ist ein Satz, den man nicht sehr oft hört: Das Leben fühlt sich für mich sinnlos an, und das ist in Ordnung. Diesen Satz hört man nur selten aus dem Mund eines Menschen, aber wir müssen ihn öfter sagen können. Denn alles, was wir damit sagen, ist: Ich erlebe in diesem Moment keinen Sinn, und das ist in Ordnung. Ich werde trotzdem, hier ist vielleicht der ausführlichere Satz. Ich erlebe in diesem Moment keinen Sinn, aber ich kann trotzdem meine Lebensaufgaben leben. Ich weiß immer noch, worauf ich hinauswill. Ich weiß immer noch, was das nächste Richtige ist. Mist, es hat nicht die Erfahrung von Sinn erzeugt. Das macht mich traurig, aber ich weiß immer noch, welche Prinzipien mich antreiben (?).

Michaela Muschitz

Ist es nicht hilfreich, Entscheidungen zu treffen? Andere Entscheidungen, wenn ich bei dem, was ich gerade tue, keinen Sinn erlebe. Und ich habe es immer wieder getan. Und dann kann ich sagen: Okay, jetzt sehe ich, dass das für mich keinen Sinn ergibt, also kann ich entscheiden, es nicht mehr zu tun.

Eric Maisel

Genau. Auch hier wieder: nur ohne Garantien. Wir müssen das „ohne Garantien“ immer wieder dazusagen. Denn ich glaube, das ist es, was Menschen, meine Klientel sind kreativ arbeitende Künstler, irgendwo in ihrem Kopf wollen sie garantieren, dass es sich lohnt oder sinnvoll oder produktiv ist, wenn sie ihre 20 Minuten bei X investieren. Sie wollen eine Garantie.

Und die können sie nicht haben, denn viele dieser 20 Minuten werden sich nicht sinnvoll anfühlen. Vielleicht quält sich das Buch einfach voran, und es gibt überhaupt keine Freude dabei. Es ist einfach mühsame Arbeit. Das muss in Ordnung sein. Du hast also recht: Wenn wir ein anhaltendes Gefühl von Sinnlosigkeit haben, müssen wir Entscheidungen treffen. Wir haben Einladungen auszusprechen. Wir haben Dinge auszuprobieren. Wir haben jede Menge Dinge auszuprobieren. Die Leute stellen diese Verbindung aber nicht her: dass ich etwas ausprobieren sollte, wenn sich das Leben sinnlos anfühlt. Sie denken, sie müssten etwas finden.

Claudia Scheidemann

Und auch, dass sie sich vielleicht nicht genug angestrengt haben, dass es vielleicht ein persönlicher Fehler ist, aber Sinn ist eben ein Gefühl, er ist flüchtig, und er hat nichts mit der Person zu tun.

Eric Maisel

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026

Und jetzt ist es eine übergreifende Aussage über das Universum. Es geht nicht mehr nur darum, dass ich hierin keinen Sinn fühle, sondern zweitens darum, dass es im Universum keinen Sinn gibt. Das ist dieser dunkle Ort, an den man leicht gerät, wenn man denkt, der Sinn sei da draußen. Nach meiner Einschätzung gab es nie einen Sinn im Universum, oder wenn doch, dann hat dieser Typ da drüben nicht die Antwort darauf. Ich glaube das nicht. Wenn jemand sagt, Gott will, dass du dir den Kopf bedeckst oder so etwas, dann glaube ich diesen angeblichen Eingebungen von Wissen nicht.

Michaela Muschitz

Ja.

Claudia Scheidemann

Ja, und wieder ist es etwas Herausforderndes, das so in den Raum zu stellen und zu sagen: Okay, es gibt im Universum keinen Sinn an sich, und ich muss selbst herausfinden, wie es weitergeht. Das ist etwas völlig anderes.

Eric Maisel

Ja. Und ich würde auch da nicht sagen, dass es keinen Sinn gibt, denn das verschiebt ein wenig, worüber wir sprechen. Es gibt Sinn. Es ist nur so, dass er Gegenstand einer ... Es ist wie bei der Freude: Es gibt Freude, aber sie ist Gegenstand psychologischen Erlebens. Es gibt Sinn. Wir erleben ihn nur vielleicht gerade nicht. Ich würde also nicht sagen, dass es keinen Sinn gibt, weil uns das an einen sehr dunklen Ort führt.

Claudia Scheidemann

Ja, tatsächlich zu verstehen, wie Sprache das prägt.

Eric Maisel

Ich bewege mich nur im Englischen. Ich weiß nicht, wie es im Niederländischen oder Deutschen oder in einer anderen Sprache wäre. Meine Enkelin spricht viele Sprachen. Sie ist in Russland aufgewachsen und studiert gerade in Italien, und sie spricht, ich weiß nicht genau, Italienisch, Französisch, Hebräisch, Englisch, Russisch. Sie interessiert sich sehr dafür, wie ihre Identität ist, wenn sie verschiedene Sprachen spricht. Was das bewirkt, ist ein sehr interessantes Thema, über das ich nie etwas wissen kann, ohne diese Sprachen zu beherrschen.

Aber bei ihr ist es so: Russisch klingt für sie härter und Italienisch netter, freundlicher, charmanter, aber das innere Erleben ist so, dass sie sich härter fühlt, wenn sie Italienisch spricht, und sanfter, wenn sie Russisch spricht. Das sind also interessante Dinge ... Sprache ist ein wunderbares Forschungsfeld. Es ist so interessant. Und übrigens hat ein Teil meiner Erfahrung oder Ausbildung damit zu tun, dass ich von den britischen Sprachanalytikern des frühen 20. Jahrhunderts völlig eingenommen war: Wittgenstein, Bertrand Russell, John Wisdom. Es gibt eine ganze Reihe von ihnen, die daran gearbeitet haben, wie Sprache wirklich funktioniert.

Und wenn man sagen würde: Gott ist tot, wie bewirkt dann die Grammatik dort etwas, das in der Wirklichkeit nicht geschieht, aber in der Sprache geschieht? Und dazu muss ich eine kurze Anekdote erzählen. Nachdem ich aus der Armee raus war, hatte ich keine Ahnung, was ich tun

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

sollte. Also habe ich einen Abschluss in Philosophie gemacht, das tut man eben. Und zwar an der University of Oregon. Und aus irgendeinem Grund war einer dieser großen britischen Philosophen sozusagen im Ruhestand und unterrichtete ein paar Kurse an der University of Oregon. John Wisdom, glaube ich, war es, einer von ihnen. Ich besuchte also seinen Kurs über Philosophie der Sprache, nein, Philosophie des Geistes, der in Wirklichkeit ein Kurs über Philosophie der Sprache war. Und wir haben das ganze Semester mit folgendem Rätsel verbracht: Wenn man den Schwanz eines Pferdes ein Bein nennt, hat ein Pferd dann fünf Beine? Das war's.

Wir haben immer weiter auseinandergenommen, was Sprache dabei tut, und wie man nun, ich bin nicht so kleinteilig, was Sprache angeht, aber es ist wichtig, dass wir verstehen, wie Sprache funktioniert. Ich denke, das ist einer von Orwells großen Beiträgen: Frieden ist Krieg und Krieg ist Frieden, und überhaupt die Art, wie Sprache benutzt wird, um Menschen zu manipulieren.

Claudia Scheidemann

Ja, um sie besser zu verstehen und wahrscheinlich die Wirkungen im Hinblick auf mögliche Manipulation zu verringern.

Eric Maisel

Ja. Und immer mit dem Finger darauf zu zeigen, wie Sprache wirkt. Sie einfach.

Claudia Scheidemann

Ja. Ich meine, Englisch ist offensichtlich meine zweite Sprache. Und was ich so interessant finde: Manchmal denke ich, dass die Ausdrücke mehr, dass es mehr Variationen in der englischen Sprache gibt, manchmal auch im Deutschen, und im Englischen haben wir purpose und meaning, und im Deutschen heißt es nur „Sinn des Lebens“. Das muss man dann so machen. [Wie lässt sich das übersetzen?] Ja, eigentlich gar nicht, weil.

Eric Maisel

Fühlt es sich eher nach meaning oder eher nach purpose an?

Claudia Scheidemann

Ich weiß nicht. Genau das ist es. Und für mich haben meaning und purpose zwei verschiedene Geschmacksrichtungen. Und ich kann es auf Deutsch tatsächlich nicht ausdrücken.

Eric Maisel

Das ist sehr interessant. Nicht wahr? Ich meine, das ist ein deutsches Handicap. Ja.

Claudia Scheidemann

Und andererseits gibt es deutsche Wörter, die in die englische Sprache übernommen wurden. Ich meine, der Rucksack und der Kindergarten und andere Beispiele.

Eric Maisel

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Sprachen, in denen Substantive männlich oder weiblich sind. Wie funktioniert das im Kopf? Das muss sehr seltsam sein, dass man wissen muss, ob das Substantiv männlich oder weiblich ist. Sehr seltsam.

Claudia Scheidemann

Ja, ich weiß, dass es Studien darüber gibt, wie man Sonne und Mond versteht. Ob der Mond weiblich ist oder männlich, davon hängt ab, welche Vorstellung man von den Eigenschaften des Mondes hat, oder von einer Brücke. In manchen Sprachen ist eine Brücke weiblich, in anderen Sprachen männlich. Und es gibt Studien, die zeigen, dass Menschen unterschiedliche.

Eric Maisel

Wie könnte man bei all diesen Dingen nicht endlos neugierig sein? Und ich glaube, einer der Gründe, warum ich endlos neugierig bleiben kann, ist, dass ich weiß, wie man Bücher macht. Viele Menschen haben Ideenfragmente und am Ende 1000 kleine Haftnotizen hier und da. Und das ist nicht befriedigend. Es erfüllt nicht. Und obwohl sie neugierig sind, werden sie irgendwann unneugierig, weil sie nicht wissen, wie sie die Dinge auf einfache Weise zusammenhalten können.

Sie wissen nicht, wie man ordnet, sagen wir es einfach so. Und ohne diese Art von Begabung oder dem Wunsch zu ordnen, werden wir, glaube ich, unneugierig, weil wir am Ende einfach zu viele Gedankenfragmente haben. Es ist also eine eigene Fähigkeit, und es hat einen eigenen Wert, zu wissen, was man mit der Neugier anfängt oder wie man die Neugier in etwas verwandelt, in Dinge, seien es Sonaten oder Bücher oder was auch immer es sein mag, oder wissenschaftliche Innovation. Obwohl meine Frau mich heute Morgen auf eine große Schlagzeile in der New York Times hingewiesen hat. Anscheinend wurde gerade eine neue KI vorgestellt, die alle mathematischen Probleme gelöst hat, die die Menschheit seit Urzeiten beschäftigen. Ich weiß also nicht, wie man bald noch Wissenschaftler sein soll. Es wird sehr seltsam sein, weiterhin Dinge tun zu wollen, die eine KI in einem Sekundenbruchteil kann.

Claudia Scheidemann

Genau darüber habe ich tatsächlich mit meinem Mann gesprochen, denn er ist Mathematiker, und er sagt, für ihn ist das das schlimmste Szenario, weil der Prozess der Kreativität, und für ihn ist Mathematik Kreativität.

Eric Maisel

Ich glaube, die Mathematik wird enden, was seltsam klingt, aber ich glaube, die Mathematik wird enden. Ich weiß nicht, ob die Physik enden wird, denn das ist etwas anderes. Ich weiß nicht, ob die Biologie enden wird, aber ich glaube, die Mathematik wird enden. Und die Chemie vielleicht auch, weil Chemie sozusagen mechanisch ist. Und ich glaube, die KI wird das wunderbar machen. Sie wird, ich weiß nicht, viele Gebiete.

Claudia Scheidemann

Ja, ja, und das ist das, was du am Anfang gesagt hast, Kurator von Material zu sein. Und als Mathematiker, wenn man nichts entwickelt, sondern nur versucht nachzuvollziehen, was die KI herausgefunden hat, ist das etwas völlig anderes.

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Eric Maisel

Nein, das stimmt. Und es wird ganz neue Berufe geben, die alten Berufe, die heutigen Berufe werden verschwinden, und neue Berufe werden entstehen, in denen Menschen einfach darüber nachdenken, wie man mit KI umgeht, nur die Schnittstellenfragen oder was überleben kann, was der menschliche Teil ist, der diesen riesigen Übergang überleben kann. Es macht mir nichts aus, nicht mehr zu sehen, was in 32 Jahren passieren wird. Es macht mir nichts aus, dann nicht mehr da zu sein. Ja.

Aber wir sind noch irgendwie im Namen davon, dass wir einfach sagen müssen, meine Frau und ich waren neulich in einem dieser großen Märkte. Und da gibt es jetzt eine ganze Abteilung mit Robotern, die nichts anderes tun, als den Boden zu putzen, sie fahren über den Boden und, aber bald wird es ganze Robotergeschäfte geben, in denen man sich seinen Roboter aussuchen kann, der dies tut, und seinen Roboter, der das tut. Science-Fiction ist angekommen. Und das war eine weitere Liebe von mir von früh an. Wenn man ein Mathe- und Naturwissenschaftskind und ein Literaturkind ist, liebt man natürlich Science-Fiction. Und die ist jetzt Wirklichkeit geworden.

Claudia Scheidemann

Aber wir befinden uns ja trotzdem noch irgendwie in einem Zeitalter der Bücher. Und eine der Fragen, die wir unseren Gästen stellen, ist nach einem Buch oder Büchern, bei denen du sagst: Okay, die haben mich sehr beeinflusst, oder sie haben in bestimmten Zeiten Gedanken bei mir ausgelöst.

Eric Maisel

Du wirst wissen, dass es in der existenzialistischen Tradition liegen wird.

Claudia Scheidemann

Natürlich.

Eric Maisel

Es ist schwer, eines herauszugreifen. Es ist nicht so, dass ich nicht wüsste, welche Bücher ich liebe. Ich liebe einfach viele davon. Das gesamte Werk von Camus bedeutet mir etwas. Der Fall ist natürlich das interessanteste und ironischste, aber vielleicht auch das am wenigsten bekannte. Die Leute fangen mit Der Fremde an. Das ist ein wichtiges Buch für mich. Meursault, der an diesem Sonntag herumwandert und schließlich ohne besonderen Grund einen Mord begeht, sagt mir etwas darüber, wie die existenzielle Situation wirklich aussieht. Der Fremde wäre also wahrscheinlich unter meinen Top 5.

Kafka wusste wirklich etwas, er hat Bürokratie wirklich verstanden, aber nicht einmal nur Bürokratie. Er hat Bedeutungslosigkeit verstanden, und er hat die Seltsamkeit der Bedeutungslosigkeit verstanden. Es gibt nichts Vergleichbares wie Gregor, der eines Morgens aufwacht und eine Kakerlake ist, und niemand scheint sich besonders darum zu kümmern, er selbst kümmert sich nicht, die Menschen um ihn herum kümmern sich nicht besonders. Der Betrieb läuft einfach weiter, Kafka wusste etwas. Ich nehme also Der Prozess als ein Kafka-Buch.

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

Obwohl die kurzen Sachen wie Die Verwandlung und Ein Hungerkünstler großartig sind, die Kurzgeschichte vom Hungerkünstler, die, das sage ich nur in einem Satz, der Hungerkünstler ist eine Figur, die kein Essen findet, das ihr schmeckt, und deshalb verhungert sie, nicht weil sie versucht, sich zu Tode zu hungern, sondern einfach, weil sie kein Essen findet, das ihr schmeckt, und so wird sie zur Zirkusattraktion, während sie sich zu Tode hungert. Es ist eine großartige Geschichte darüber, keinen Lebenszweck zu finden oder keinen Sinn zu haben. Also Der Prozess.

Und dann alles von Dostojewski, und ich kann mich nicht wirklich zwischen Aufzeichnungen aus dem Kellerloch, Schuld und Sühne, Die Dämonen und Die Brüder Karamasow entscheiden. Ich mache einfach ein Buch daraus und nenne es Dostojewski. Aber jedes davon ist wunderbar und brillant. Die Dämonen ist das unbekannteste der vier und in unserer heutigen Zeit das wichtigste, weil es sich tatsächlich auf eine Weise mit linker und rechter Politik beschäftigt, wie es seine anderen Bücher nicht tun, die sich mit individueller Psychologie befassen und nicht mit Politik. Aber Die Dämonen, auch bekannt als Die Teufel, ist ein wirklich interessanter Roman. Das sind also einige, ich habe das Gefühl, gleich in Gesang auszubrechen, das sind also einige meiner Lieblingsdinge, wie bei Julie Andrews, ist es Julie Andrews? Ich kriege es nicht hin, irgendein Lied.

Claudia Scheidemann

Ich denke, uns beschäftigt die Frage: Warum würdest du empfehlen, solche Bücher zu lesen, die ja den Ruf haben, schwierig und schwer zu verstehen zu sein? Warum sollte ich mich darum bemühen, sie zu lesen?

Eric Maisel

Nun, ich würde nicht verstehen, warum sie genau diesen Ruf haben sollten, vielleicht trocken, aber nicht schwer zu verstehen. Camus' Sprache ist ganz einfach. Kafkas Sprache ist ganz einfach. Ein Mann wacht auf und wird vorgeladen, und dies passiert und das passiert. Da ist nichts. Es ist nicht wie bei diesen südamerikanischen Romanen, bei denen man einen Anhang braucht, um etwas zu verstehen. So sind sie nicht. Es sind geradlinige Erzählungen. Es sind Geschichten.

Ich würde also jedem, der denkt, das sei zu hoch für ihn oder nichts für ihn, behutsam erklären, dass es einfach Geschichten sind. Wichtige Geschichten. Übrigens hätte ich erwähnen sollen, dass mir auch eine andere Art von Buch wichtig ist. Ich erwähne es jetzt, weil es für jemanden ist, der denkt, er würde diese Bücher nicht mögen. Vielleicht würde ihm dieses Buch gefallen. Und zwar liebe ich die Lehrgeschichten der Sufis. Der Sufismus ist älter als der Islam. Und es gibt dort wunderbare Lehrgeschichten, zum Beispiel Der Blinde und der Elefant ist eine Sufi-Lehrgeschichte. Und es gibt ein Buch mit dem Titel Tales of the Dervishes, das eine Reihe von Sufi-Lehrgeschichten übersetzt. Und ich liebe dieses Buch. In diesen Lehrgeschichten steckt viel Weisheit. Und wenn man sich eher für Gleichnisse oder Fabeln oder diese Art von Texten interessiert, ist das das Buch, zu dem man greifen sollte.

Michaela Muschitz

Ja.

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026

Claudia Scheidemann

Danke dir. Wir setzen natürlich alles wieder auf unsere Leseliste in den Show Notes.

Michaela Muschitz

Und wir haben noch eine letzte Frage, und es ist, wie Claudia vorhin schon erwähnt hat, irgendwie albern, einen Mann mit deinem Wissen diese Frage zu stellen, aber wir versuchen es. Gibt es eine Schreibübung oder einen Schreibimpuls, den du oft verwendest und empfehlen möchtest?

Eric Maisel

Ich sollte darauf eine klare Antwort haben, aber die habe ich nicht genau. Ich glaube, ich möchte eher eine Verallgemeinerung machen als einen Impuls nennen. Und die lautet: Ich versuche, Menschen einzuladen, in die Tiefe zu gehen. Denken wir daran, wie gelangweilt die meisten Kinder in der Schule sind. Ein Teil dieser Langeweile, dafür gibt es viele Gründe, aber ein Teil dieser Langeweile und Unruhe und Zappeligkeit liegt darin, dass sie nie eingeladen werden, über irgendetwas tief nachzudenken. Es steht nicht im Lehrplan, tief zu denken. Wenn man einem Kind also einen Impuls gäbe wie: Wie würdest du vorgehen, um Weltfrieden zu erreichen? Dann hätte es Spaß damit. Es würde nicht sagen: Was, das kann ein Mensch unmöglich durchdenken, ich bin erst 7 Jahre alt und kann das nicht. Es hätte einfach Spaß daran. Und es würde vielleicht bemerkenswert interessante Antworten auf so einen Impuls finden. Ich habe also nicht den einen Impuls, aber was auch immer der Impuls bei einem bestimmten Klienten oder einem bestimmten Menschen sein mag, er würde die Möglichkeit bieten, tiefer zu gehen, als ein gewöhnlicher Impuls es tun würde.

Claudia Scheidemann

Vielen Dank. Nun, ich denke, eines der Dinge, die ich zumindest mitnehme, ist: den Mut zu haben, in die Tiefe zu gehen, und auch zu versuchen, die existenziellen Fragen herauszufinden und sie, na ja, alltäglich klingt ein bisschen zu viel, aber gewöhnlicher zu machen, sodass man darüber spricht.

Eric Maisel

Jeden Tag, genau. Man muss jeden Tag schreiben. Wir haben natürlich nicht darüber gesprochen, auf welche Weisen wir uns selbst daran hindern. Das wären die nächsten 17 Stunden Gespräch. Es gibt bei Menschen viel Selbstzensur und Abwehrhaltung und so weiter, die es schwer machen, diese Programme umzusetzen, was auch immer das gute Programm sein mag.

Michaela Muschitz

Bevor wir angefangen haben, hat Claudia zu mir gesagt: Wir müssen Eric unbedingt immer wieder einladen, weil ich so viele Fragen habe und wir nicht alle in eine Folge unseres Podcasts

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026
| www.tinte-und-courage.ink |

packen können. Vielleicht können wir also noch einmal auf dich zukommen, zu all den anderen Themen, die wir noch nicht angesprochen haben.

Eric Maisel

Sehr gern. Das hat Spaß gemacht.

Claudia Scheidemann

Wunderbar. Dann vielen, vielen Dank. Es gibt also viel zum Nachdenken, und es war eine große Freude, mit dir zu sprechen.

Eric Maisel

Danke euch beiden, und einen schönen Abend noch.

Michaela Muschitz

Vielen Dank.

© Tinte und Courage, Michaela Muschitz, Claudia Scheidemann, 2026