



# Frei, frei zu sein

In ihrer Kolumne berichtet Ariadne von Schirach darüber, was Freiheit persönlich für sie bedeutet und erklärt, warum das bewusste Bejahen des Lebens genauso dazu gehört wie die Annäherung an Abneigungen sowie der Abschied von alten Gewohnheiten und Vorstellungen über uns selbst.

Eine **Kolumne** von Ariadne von Schirach

**D**as Wesen der Freiheit zeigt sich am deutlichsten, wenn sie zu verschwinden beginnt – Reise- und Bleibefreiheit, Meinungsfreiheit, das Recht auf Abtreibung und die Freiheit, zu begehren, wen man will (solange das Gegenüber einverstanden ist). Für diese Freiheiten lohnt es sich zu sterben – doch es wäre fatal, darüber zu vergessen, für welche Freiheiten es sich zu leben lohnt. Denn es liegt auch eine große, ebenfalls unbedingt verteidigungswerte Freiheit darin, albern, verspielt und neugierig zu sein, und mein Herz ist schwer, wenn ich an all jene denke, die gerade ernst und unerbittlich sein müssen, weil sie sonst alles verlieren.

Ich hingegen bin immer noch frei zum Freisein. Das beginnt bei einem bewussten Bejahen meiner Abhängigkeiten von Menschen, Beziehungen und Landschaften, aber auch von gewissen Haltungen: Versuchen, nicht korrupt zu sein, mich um Aufrichtigkeit bemühen, und darum, auf die Gefühle anderer Menschen Rücksicht zu nehmen. Das ist mein Standbein oder mein Rückgrat, je nachdem. Das Spielbein macht mehr Spaß. Begonnen hat alles damit, dass ich mir gewisse Abneigungen nicht durchgehen lassen wollte: Pilze, Koriander, Lakritze. Später habe ich bei Viktor Frankl, der trotz seiner Höhenangst ein großer Kletterer geworden ist, den Satz gefunden: „Ich muss mir von mir

selbst nicht alles gefallen lassen.“

Mittlerweile mag ich Pilze und ertrage Koriander, aber mit der Lakritze wird es in diesem Leben wohl nichts mehr. Auch das Spiel führt zum Ernst, die Offenheit zu den echten Grenzen. Dennoch gibt es viel zu erkunden und jetzt, in der Mitte meines Lebens, bin ich bereit, weitere Geschmacksurteile zu hinterfragen. Für mich sind diese kleinen Narreteien durchaus gewichtig, ja, vielleicht gar die Crema der Freiheit, die man nur kosten kann, wenn die essenziellen Freiheiten gegeben sind. Zu meiner eigenen Verblüffung habe ich mir also vor einiger Zeit Crocs gekauft und ein paar Schuhjuwelen dazu. Außerdem denke ich über ein Tattoo nach, früher unvorstellbar. Ebenso wie die Erkenntnis, trotz jahrelangem Verherrlichen von Rausch und Nachtleben eigentlich keine Partys zu mögen und gerne früh aufzustehen. Auch von sich selbst muss man immer wieder Abstand nehmen. Und das ist vielleicht die größte Freiheit.

Ariadne von Schirach: *Glücksversuche. Von der Kunst, mit seiner Seele zu sprechen*, Tropen Verlag 2021