

# «FABIENNES FILES»

## Der Neid ist ein Sauhund

Sind es die prächtigen Kirschen in Nachbars Garten? Oder ist es das neue Auto des Arbeitskollegen? Ist es der immer gut gelaunte Freund? Oder das Sixpack des Kumpels aus dem Fitnesscenter? Man kann auf so vieles neidisch sein. Rund um die Uhr. Das ganze Jahr lang. Und das, seit man denken kann. Der Neid kriegt nie genug, er ist unersättlich. Wann verspüren wir überhaupt Neid? Genau dann, wenn wir uns mit anderen vergleichen und erkennen, dass sie uns in irgendeiner Hinsicht überlegen sind. Besonders zu schaffen macht uns der Neid, wenn uns die betroffene Person ähnlich ist.

Der Wissenschaftler Antonio Cabrales vom University College London sagt: «Neid ist Teil der menschlichen Evolution.» Okay, das klingt beruhigend. Aber es hilft nicht weiter. Denn: Es fällt uns schwer zuzugeben, dass wir neidisch sind. Man soll sich mit Neid auseinandersetzen, es würde helfen. Kaum hat man den einen Neid besiegt, kommt bereits der nächste um die Ecke. Aber auch da gibt es Tipps von gescheiterten Menschen: Sich eigene Ziele setzen, würde den Neid in Schach halten. Das gefällt mir. Klingt plausibel.

Was ich auch nicht wusste: Es gibt weissen und schwarzen Neid. Der weisse soll der positive Neid sein, weil einen der Erfolg anderer beflügelt. Der schwarze Neid hingegen sei die Negativspirale, weil man sich immer mit anderen vergleicht und besser sein will. Trotzdem: An Neid zerbrechen Familien, scheitern Regierungen, und er führt zu Kriegen. Der Neid ist ein Sauhund. Auf der anderen Seite kann Neid auch gerechtfertigt sein, wenn man hört, dass eine Handvoll Superreiche so viel besitzt, wie Millionen von Menschen.

Aber wer steht zum Neid? Unter guten Freunden gibt man schon mal zu, neidisch zu sein. Und wer anderen alles gönnt, gilt als edelmütig. Manchmal gibt man sich edelmütig, obwohl man neidisch ist. Das ist doch jedem schon so ergangen.

In der Kulturgeschichte wird der Neid meistens als Kröte oder Schlange dargestellt. In der Bibel erschlägt Kain seinen Bruder Abel aus Neid. Und wie sollen wir jetzt aus der Nummer rauskommen? Schliesslich leben wir mitten in einer Art Neidgenossenschaft.

Vergessen wir einfach den bösen Neid, der von der Missgunst gespeist ist. Und konzentrieren wir uns auf den gönnerhaften Neid, der uns zwar ständig vergleichen lässt, aber auf der anderen Seite auch hilft, neue Ideen zu kreieren, die unser Leben vielleicht noch ein wenig lebenswerter machen. Aber bitte nicht übermütig werden!

Um die Ecke lauert bereits der nächste Neider oder die nächste Neiderin.

Herzlichst



Ihre Fabienne Gross

## «ExtraGross»

Dr. Hidehiko Takahash hat in einer Forschungsarbeit an der Abteilung für Molekulares Neuroimaging (Nationales Institut für Radiologische Wissenschaften in Japan) festgestellt, dass Neid im Allgemeinen Leid verursacht, jedoch auch Momente der Freude erzeugt. Diese entstehen, wenn die beneidete Person schlecht abschneidet und vor allem, wenn sie das verliert, was sie zum Objekt des Neides macht. Die Studie fand heraus, dass eine solche Genugtuung über das Fehlverhalten anderer in der Lage ist, den Oxytocin- und Dopaminspiegel zu erhöhen, zwei Hormone, die mit Glück in Verbindung gebracht werden.

Quelle: gedankenwelt.de

