

Der kleine Hunger zwischendurch ist nicht vorgesehen

Von Thorsten Fuchs

Wahrscheinlich hätte ich den Zettel vorher gar nicht bemerkt, so klein, wie er am Empfang in der Arztpraxis gleich neben dem Telefon hängt. „Bitte nicht vergessen“, steht darauf, „Asylbewerber: Kostenträger 06, AlgII-Empfänger: Kostenträger: 08“. „Ach der“, sagt die Arzthelferin, auf den Zettel angesprochen, „ist nur für die Abrechnung.“ Er gilt nicht für die, die bei einer Krankenkasse versichert sind. Unwohlsein bleibt dennoch. Er mag nicht für mich gelten, aber seine Symbolik bleibt ja gültig: Natürlich sind sie eine eigene Gruppe, die Hartz-IVler, und wehe, das vergisst jemand.

Seit einer Woche läuft die Fastenzeit, seit einer Woche läuft die Aktion „Sieben Wochen leben mit Hartz IV“ der Diakonie, seit einer Woche versuche ich, vom Regelsatz eines Arbeitslosengeld-II-Beziehers zu leben. Was sich zuerst verändert, ist die Wahrnehmung. Man sieht sie nun plötzlich, all die Hinweise und Notizen, die Zettel beim Arzt, die Spalten auf Formularen, sogar die „Hartz-IV-Kochbücher“ im Buchladen. Aber was sich genauso schnell ändert, ist das Leben.

3,16 Euro: So viel soll pro Tag für Essen reichen. Schlägt man als Nichtraucher den kleinen Betrag für Tabak drauf, bleiben 4,29 Euro, einschließlich der Getränke. Versuchen wir es mal: Morgens Tee, Müsli mit Milch, eine Banane, mittags Brote mit Käse, abends Nudeln mit Tomatensauce, zwischendurch zwei Äpfel, eine halbe Tafel Schokolade. Macht - bei meiner Menge und Zubereitung - ungefähr 3,40 Euro. Plus Mineralwasser und Apfelsaft: 4,05 Euro. Danach sollte man möglichst keinen Hunger mehr bekommen. Das Dumme ist, dass man meistens gerade dann Hunger bekommt, wenn man keinen kriegen sollte. Der einzige Luxus, den ich beibehalte, ist Biobrot. Wobei es weniger um schadstofffreies Getreide geht als darum, wenigstens einen kleinen Teil der alten Rituale und Gewissheiten in ein anderes Leben zu retten. Es ist nur leider ein teurer Teil.

Es gibt einige Regeln für das Überleben mit Hartz IV, die man schnell lernt: Es hilft sehr, wenn man kein Fleisch mag, gern auf eine warme Mahlzeit verzichtet und keine Allergien gegen bestimmte Nahrungsmittel hat. Höchst schädlich ist es, sich unterwegs von plötzlichem Hunger übermannen zu lassen, oder von der Lust, jetzt einfach mal zu denen zu gehören, die da so unbeschwert in einem Café sitzen: Selbst ein günstiger Latte Macchiato verbraucht mindestens den halben Tagessatz für Essen und Trinken. Es braucht, als Hartz-IV-Bezieher, eine wichtige Qualifikation: eine extreme Selbstdisziplin. Nur reicht manchmal auch die beste Planung nicht aus. Die Äpfel, die billigsten aus dem Discountmarkt, erweisen sich sämtlich als mehlig. An einem schlechten Tag kann mich so etwas zur Verzweiflung treiben. Leider hat man als echter Hartz-IV-Empfänger vermutlich sehr viele schlechte Tage. Schon die Annäherung macht dünnhäutig.

Was diesem Versuch etwas Beklemmendes verleiht, ist die Nähe zur Realität, zur Angst des Mittelstandes vor dem Abstieg. Freunde spielen manchmal eine Art Spiel: Sie durchforsten ihr Leben, und jede kostenlose Vorliebe oder Gewohnheit darin bringt einen Punkt, wie früher die Trümpfe beim Quartettspielen. Doch lässt Hartz IV vom alten Leben nicht viel übrig. Dabei besitze ich nicht mal ein Auto. Aber allein die Mitgliedschaft bei Ökostadt und die dringend nötige neue Kette für mein Rad werden meinen Mobilitätsetat in diesem Monat sprengen. Die Abos für Tages- und Wochenzeitung, der Handyvertrag, Theaterbesuche, von all dem wird wenig bleiben, ganz zu schweigen von Reisen oder selbst so etwas wie Gesundheitsvorsorge. Als mir mein Zahnarzt einmal erklärte, ohne die sogenannte „Individualprophylaxe“, eine Art gründliche Reinigung zu 45 Euro, würde er niemanden behandeln, fand ich das in dieser Strenge eigenartig, aber letztlich wohl vernünftig. Jetzt könnte ich mir einen neuen Zahnarzt suchen.

Die Mitgliedschaft im Sportverein kann mit Mühe weitergehen. Das Problem ist der obligatorische Kneipengang danach, wie überhaupt der Kontakt zu Freunden. Schon die Grundgebühr ist höher als alles, was laut Vorgabe für Telefonate vorgesehen ist. Als Bekannte einmal am Abend einen Gang ins Restaurant vorschlugen, sage ich einfach ab, ohne große Begründung. Ich bin es gerade leid, über Hartz IV zu reden. Ein leichter Anflug von Überdruß. Wie viel schwerer muss die Scham wiegen, wenn Hartz IV Realität ist?

Alles, was man tut, jede noch so kleine Regung, wird so zum möglichen Kostenfaktor. Die amtlichen Vorgaben werden zum Maßstab für die eigenen Bedürfnisse, jede Überschreitung zu einem teuren Akt der Rebellion. Es ist vor allem anstrengend, von Hartz IV zu leben, schon nach einer Woche, und es braucht keinen Zettel, um einen daran zu erinnern.