



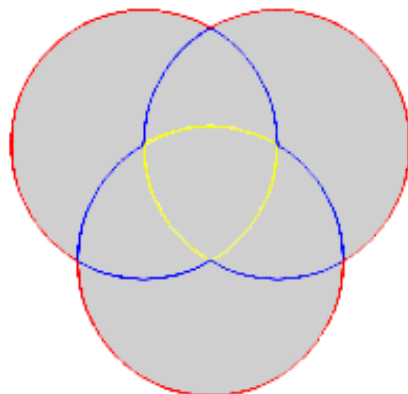
Den Sinn des Lebens finden

Es gibt letztlich nur drei Arten, einen Sinn zu finden: Im Schöpferischen, im Erforschenden und im Liebenden.

Das Schöpferische, also das Erschaffende, setzt Dinge in die Welt, die es zuvor nicht gegeben hat. Das ist der Handwerker, der stolz auf das Produkt seiner Arbeit ist, den Stuhl, das Haus, die Vase - alles greif- und vorzeigbar. Das ist der Künstler, der sein Bild präsentiert, der Autor bei seinem Buch, der Denker bei seinem neuesten Aufsatz. Aber selbst der Straßenkehrer gehört hier herein, der zufrieden den Abfall betrachtet, den er eingesammelt hat, um die Stadt zu verschönern. Kennen Sie die Anekdote von den zwei Steinmetzen? Nach ihrer Tätigkeit gefragt, antwortete der eine, er behaue Steine, der andere, er baue eine Kathedrale. Wer hat wohl mehr Sinn in seinem Leben gesehen?

Das Erforschende wird beherrscht von der Neugier auf die Welt. Der Forscher im Labor, der Erfinder in seiner Werkstatt, das sind die Prototypen der Erforschenden. Doch steckt auch in dem Laborassistenten noch Forschergeist, der 200 Proben gleich behandeln und katalogisieren soll? Forschung findet in der Küche statt, wenn da etwas Neues ausprobiert wird, auf Reisen, um ein fremdes Land kennenzulernen, im eigenen Garten, mit einer neuen Pflanze. Die Natur verändert sich, wer seinen Blick dafür schärft, wird selbst beim hundertsten Beschreiten eines längst vertrauten Weges Neues entdecken.

Das Liebende ist die Hingabe an einen anderen Menschen, an eine Tätigkeit oder an eine Idee. „Meine Kinder sollen es einmal besser haben.“ Der Spruch klingt mittlerweile abgedroschen, doch dieser Gedanke hat Millionen Eltern beseelt, mehr zu tun und größere Mühen auf sich zu nehmen, um dem Nachwuchs alle Chancen im Leben zu öffnen. Ein Pferdezüchter, der seine Tiere liebt, ein Uhrmacher, dem die Zeit nie zu lang wird, ein Geigenbauer, der die Schönheit im Holz und im Klang anstrebt, das sind alles Beispiele für tätige Hingabe. Für Deutschland zu sterben bereit... Das war früher eine innere Überzeugung, als Vaterlandsliebe und Patriotismus noch etwas gegolten haben. Für die Befreiung der Arbeiterklasse, für Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit - auch politische Ideen fallen unter diese Kategorie, ermöglichen eine sinnstiftende Hingabe.



Die drei Farbkreise haben Sie bestimmt schon einmal gesehen: Drei Kreise, die ein Dreieck bilden, sich gegenseitig überlappen und ein gemeinsames Zentrum bilden. Die drei Arten, einen Sinn zu finden, verhalten sich ähnlich wie diese Farbkreise. Das reine Schöpferische überschneidet sich leicht mit dem Erforschenden oder dem Liebenden, im Idealfall vereinigt es sich mit allem. Betrachten wir eine ältere Frau, die einen Blumenkasten auf ihren Balkon stellt. Sie will sich einen kleinen grünen Punkt mitten in der Stadt erschaffen, sie forscht und findet heraus, wie sie diese Pflanzen am besten pflegt und versorgt, und sie tut es mit Hingabe. Statt grauer Städte Mauern sieht sie ihre eigene Oase heranwachsen.

Was ist der Sinn des Lebens? Darüber wurden zahlreiche Bücher geschrieben, hochgelehrte Werke, mit hochgelehrten, für Normalsterbliche abschreckenden Worte wie "Teleologie" und "Entelechie". Und ich stelle nur einen Blumenkasten auf den Balkon...

Betrachten wir die gängige kosmologische Lehre, dann gab es einen Urknall, seitdem dehnt sich das Universum aus und am Ende ist alles kalt und leer, sogar die Atome selbst werden zerrissen. Viel früher, schon in fünf Milliarden Jahren, wird unsere Sonne zum Roten Riesen, der die Erde zu einem Schlackehaufen verbrennt oder gar verschluckt. Der Blumenkasten übersteht es nicht, die größten Denker und Kunstwerke sind allesamt verschwunden. Sicher, es vergeht dabei jede Menge Zeit, pressen wir diese Geschichte in einen einzigen Tag, so leben wir bestenfalls in der zweiten Sekunde des Universums. Angesichts der ultimativen Auflösung, welchen Sinn hat es da noch, heute aufzustehen und zur Arbeit zu gehen?

Selbst, wenn ich wüsste, dass morgen die Welt unterginge, würde ich heute noch ein Apfelbäumchen pflanzen.

Dieser Satz wird Martin Luther zugeschrieben. Er enthält einen arroganten Trotz gegen das Schicksal, ein sich Auflehnen, ein Jetzt erst recht! Ob Ihr eigenes Leben noch einen einzigen Tag oder weitere hundert Jahre währt, ist völlig ungewiss. Eines aber ist sicher: Sie, und nur Sie, können diesem Leben jeden Tag einen Sinn geben oder es in Sinnlosigkeit dahin fristen. Nur wer aufgibt, hat endgültig verloren.

Ich habe bewusst den kleinen Blumenkasten gewählt, denn um einem Leben Sinn zu geben, ist es nicht nötig, Weltbewegendes zu leisten. Eine Bundeskanzlerin, die Milliarden Steuergelder verschwendet hat, um gierige Banken zu retten, mag es zu einer Randnotiz in der Geschichte bringen, aber hat sie wirklich mehr geleistet als eine Mutter, die ein einziges Kind ordentlich erzogen hat? Ein Picasso mag auf einer Auktion Millionen kosten, doch kann ein Alfred Krause seine Hobbymalerei nicht genauso lieben? An jedem einzelnen Bild mit voller Hingabe malen, im schöpferischen Akt Neues entdecken, seinen Horizont um ungeahnte Blickwinkel erweitern?

Der Sinn des Lebens ist das Leben selbst. Ein Eichhörnchen sammelt seine Vorräte, auch wenn es in einer Stunde vom Fuchs gefressen wird. Die Amsel schmettert ihr Lied, nicht um Menschen zu erfreuen, sondern um anzuzeigen: Hier bin ich! Das ist mein Revier! Und die Katze schleicht sich an, um die Amsel zu fangen, nicht aus Hass, sondern weil das ihre Natur ist. Die Tiere denken nicht darüber nach, ob eine Handlung sinnvoll ist, sie tun es einfach. Sie pflanzen sich fort, die Art bleibt erhalten, auch wenn es einmal Katastrophen gibt, die ganze Landstriche entvölkern, sickert diese Art wieder ein, nimmt in Besitz, was verlassen dalag. Ein Baum vegetiert scheinbar nur dahin, doch er erzeugt Sauerstoff, reinigt die Luft, hält mit seinem Schatten den Boden feucht, bietet vielen Tieren Nahrung, in seinem Geäst eine sichere Zuflucht. Er bildet ein eigenes kleines Ökosystem, ob er nun allein auf weiter Flur oder mitten im Wald steht.

Wir sehen an diesem einen Baum, dass seine Existenz mit anderen Existenzen in vielfacher Weise verwoben ist. Selbst ein misanthropischer Eremit wirkt auf seine Mitmenschen ein, auch wenn er nur zweimal die Woche den Postboten beschimpft. Unser Gehirn, bei dem jede Zelle mit hunderten, ja tausenden anderer Zellen verbunden ist, ist ein Beispiel für die Vernetzung eines jeden Einzelnen von uns. Sie wirken auf Menschen ein, die Sie nie in Ihrem Leben sehen, mit denen Sie niemals ein einziges Wort wechseln werden. Sie kaufen Kartoffeln, die irgendwo jemand angepflanzt hat. Damit sichern Sie den Broterwerb eines Bauern, aber auch eines Mechanikers in einer Landmaschinenfabrik, eines Lkw-Fahrers, eines Einkäufers - hinter jeder Kaufentscheidung folgt eine nahezu unendliche Reihe Menschen, die alle in irgendeiner Form daran beteiligt sind, dass Sie dieses eine Objekt aus dem Regal nehmen können.

Sie sind nur ein Rädchen im Getriebe... Oh ja, natürlich, den Spruch kennen Sie. Aber würde das Getriebe noch funktionieren, wenn dieses eine Rädchen fehlt? Jedes Rädchen im Getriebe ist wichtig und nötig, damit alles funktioniert. Wäre dem nicht so, das Rädchen wäre längst weggefallen, als überflüssiger Kostenfaktor. Ich habe das nicht selbst ausgerechnet, doch in der Physik gibt es ein Gedankenexperiment. Das Universum bestehe aus einem Billardtisch mit zwei Kugeln und einem einzigen Elektron in zehn Milliarden Lichtjahren Entfernung. Die Kugeln bewegen sich reibungsfrei, also immerzu. Beim 56. Stoß wirkt sich dieses eine, ungeheuer ferne Elektron auf das Geschehen auf dem Billardtisch aus. Zwei Kugeln, die geradezu unendlich viel schwerer sind als dieses eine Elektron, werden in ihrer Bahn beeinflusst. Um wie viel größer mag folglich Ihr Einfluss sein, wo Sie doch so nah an Ihren Mitmenschen leben?

Es gibt kein sinnloses Leben, aber es gibt Menschen, die sich weigern, in ihrem Leben einen Sinn zu sehen. Wobei Sie einen Begriff nicht mit Sinn verwechseln dürfen: Nutzen. Wenn mein Leben einen Sinn hat, dann hat es diesen Sinn für mich, für mich ganz allein. Hat es jedoch einen Nutzen, dann ist dieser Nutzen für Andere. Ein nützliches Leben ist nicht verwerflich; es vermag dem Leben sogar Sinn verleihen, für Andere von Nutzen zu sein. Doch allein aus dem Nutzen ergibt sich noch kein Sinn. Sie leben in erster Linie für sich selbst. Das ist kein Egoismus, sondern eine Tatsache in jedem Leben. Am Ende seines Lebens hat noch nicht einmal der eifrigste Beamte bedauert, dass er nicht weitere 246 Aktenzeichen angelegt und bearbeitet hat.

Fragen Sie mich bitte nicht nach dem Sinn IHRES Lebens. Derjenige, der Ihr Leben am besten kennt, sind Sie selbst. Ich weiß nicht, ob Ihnen ein Logotherapeut helfen kann, diesen Sinn zu finden. Aber auch der kennt IHR Leben nicht besser als Sie, er erfährt von Ihnen nur das, was Sie ihm verraten. Warum also nehmen Sie die Angelegenheit nicht selbst in die Hand? Ach, Sie wollten Kinder unterrichten und haben es nicht geschafft, Lehrer zu werden? Na und? In einem Sportverein werden immer Jugendtrainer gesucht! Sie wollen schöpferisch tätig werden, doch alles, was Sie zustande bringen, sind Schwiegermutter-Abwehrbilder? Besuchen Sie doch mal eine Galerie für moderne Kunst, da finden Sie Bilder, gegen die Ihre ansprechend wirken. Die einzige Kunst dieser Kollegen besteht darin, fünf-, sechs- oder siebenstellige Preisschilder neben ihre "Kunst" zu hängen.

Es klingt so schön rational, wenn ich vorschlage, dass Sie herausfinden sollen, was Sie gerne tun. Dabei ist dieser Vorgang überhaupt nicht rational, es ist ein Hineinhorchen ins Innere, ein Beachten der Gefühle. Was Sie gerne tun, gibt Ihrem Leben einen Sinn, nicht das, zu dem Sie gezwungen werden. Das ist zudem der einfachere Weg, das Hobby zum Beruf, zur Berufung zu machen. Das Schöpferische voller Neugier und Hingabe tun, damit befinden Sie sich im Zentrum der drei Kreise.

Anders herum ist es viel schwerer. Es ist möglich, einen ungeliebten Beruf zum Hobby zu machen. Sie können ununterbrochen auf die Widrigkeiten des Daseins achten, sich ständig darüber ärgern, dass Ihr Vater Sie bei einem Steinmetz in die Lehre gegeben hat, und Sie nun Zeit Ihres Lebens auf Steine eindreschen müssen. Niemand hindert Sie daran, den Blick zu heben, außer Sie selbst. Sobald Sie den Blick heben, sobald Sie sehen, dass Sie eine Kathedrale bauen dürfen, dass Sie beteiligt sind an einem Werk für die Ewigkeit, werden die doofen Steine zu Ihrer Visitenkarte für diese Ewigkeit, für etwas, das von Ihnen noch in Jahrtausenden künden wird.

Über sinnlos und sinnvoll entscheiden Sie ganz allein. Sie sind der Herr Ihres Lebens, Sie können im Büro Akten wälzen und zu Hause eine Modelleisenbahn gestalten, in gewisser Weise gottgleich Ihren eigenen Planeten. Sie können aber genauso gut einen Kasten Bier nach dem anderen leeren, so profitiert wenigstens die Brauwirtschaft von Ihnen.

Genügend Arbeitslose und Rentner bzw. Pensionäre verkümmern, weil sie in Ihrem Leben keinen Sinn mehr erkennen wollen, weil man ihnen selbst die Steine weggenommen hat, auf die sie die letzten Jahre über schlechtgelaunt eingedroschen haben. Sie sitzen in ihren beheizten Wohnungen, bekommen Geld vom Staat und wissen mit Ihrer Zeit nichts anzufangen. Zeit lässt sich wunderbar tot saufen, es gibt ständig neue Zeit und noch viel mehr Bier, um sie zu ertränken. Hektoliter pro Monat, das ist auch eine messbare Leistung, das schafft nicht jeder, ehrlich!

Dabei haben diese Leute nur ein einziges Problem: Es gibt keinen, der ihnen sagt, was sie tun sollen. Dabei gäbe es selbst auf dem Weg zum Bierverlag neue Dinge zu entdecken, neue Menschen zu erleben. Für einen Hund ist es natürlich, mit der Nase am Boden herumzulaufen, da er über seine Nase die Welt erlebt. Menschen erleben die Welt hauptsächlich durch ihre Augen, deshalb ist es sinnvoll, die Augen auf die Welt zu richten, nicht auf den Boden. Es genügt, wach und mit offenen Augen durch die Welt zu laufen, um sein Leben zu verändern, um aus einer Sinnkrise herauszufinden.

Sie können nichts erschaffen? Falsch! Sie können sich selbst erschaffen, jeden Tag neu. Als Arbeitsloser müssen Sie in öffentlichen Bibliotheken meist nichts bezahlen, als Rentner bekommen Sie Ermäßigung. Da warten Welten auf Sie! Und wenn Sie das Haus nicht verlassen wollen - Rechner sind heute preiswert, das Internet allgegenwärtig. Bei vielen Werken der Weltliteratur ist das Urheberrecht abgelaufen, da finden Sie die Texte kostenlos im Netz. Diese Dateien sind klein genug, selbst bei einer langsamen Verbindung. Ferne Länder sind mittels ein paar Mausklicks zu erreichen.

Nur, wenn Sie sich selbst aufgeben, haben Sie verloren. Haben? Vielleicht sollte ich besser sagen: Sind. Oh, Sie haben selbst dann, wenn Sie verloren sind, einen Nutzen, denn Sie dienen als abschreckendes Beispiel, als Muster, wie man es nicht machen sollte. Womit wir bei Jesus Christus wären. Der hat dem reuigen Sünder nicht aufgetragen, sich wehklagend mit Asche zu überschütten, 300 Rosenkränze zu beten und alle hinterzogenen Steuermillionen umgehend dem bedürftigen Bistum Limburg zu spenden, sondern nur einen ganz einfachen Rat gegeben: Gehe hin und sündige nicht mehr!

Sie können jederzeit aufhören, Ihr Leben als sinnlos anzusehen. Sie müssen nur umdenken, dem Leben Sinn verleihen. Sie können das, denn das kann jeder. Wenn Sie mit verbundenen Augen loslaufen, stolpern Sie über Wurzeln, laufen in Brennesselfelder, stoßen gegen Bäume und finden sich im stacheligen Unterholz wieder. Wenn Sie die Augenbinde abnehmen, geschieht nichts von alledem, dafür erleben Sie die Pracht des Waldes. Also, wofür entscheiden Sie sich? Für die Augenbinde oder für die Freiheit?

Denn Sie wissen nicht, was Sie tun... Wegen Ihnen hat ein Auto bremsen müssen, nur weil Sie Volltrottel wild über die Straße zum Zigaretten-Automat schlurfen, anstatt den Fußgängerüberweg zu benutzen. Es ist nichts passiert. Wirklich nicht? Wegen Ihnen, nur wegen Ihnen, kommt dieses Auto jetzt zwei Sekunden später an eine bestimmte Kreuzung. Der Laster mit dem Flüssiggas, den dieses Auto sonst gerammt hätte, ist bereits durch. Es gibt keine Gasexplosion, Dutzende Häuser bleiben unbeschädigt, zahllose Menschen unverletzt, kein Einziger stirbt. Nur weil Sie unbedingt ein paar Kippen haben mussten!

Ist das an den Haaren beigezogen? Ja! Ist das unwahrscheinlich? Ebenfalls ja! Ist es unmöglich? Nein, ganz und gar nicht. Sie haben Leben gerettet, denn es ist nichts passiert. Keiner, der am Geschehen beteiligt ist, hat es mitbekommen. Und doch, ohne Sie wäre alles ganz anders abgelaufen. Sie sind Teil eines gigantischen Netzwerkes, Sie hängen an zahllosen Fäden, die Sie ziehen und an denen Sie gezogen werden. Es gibt kein sinnloses Leben, es gibt nur Menschen, die sich weigern, den Sinn ihres Lebens zu erkennen.

Sie sind der Meister Ihres Lebens, denn Sie entscheiden, ob Sie Steine behauen oder eine Kathedrale bauen, ob Sie mit der Nase am Boden herumlaufen oder hoch erhobenen Kopfes in die Welt blicken. Trifft der Schicksalsschlag Sie mit der Nase am Boden, drückt er Ihr Gesicht tief in die Hinterlassenschaft eines Straßenköters. Trifft er Sie erhobenen Hauptes, wird er trotzdem weh tun, aber Sie schütteln ihn ab. Selbst wenn Ihr Gesicht voller Hundekot ist, können Sie entscheiden, ob Sie künftig noch tiefer dahinkriechen und jammern wollen, oder das Zeug abwaschen und künftig mehr Abstand zwischen Ihrem Gesicht und dem Straßenschmutz lassen wollen.

Ich sage nicht, dass es einfach ist. Ich sage nur, dass es besser für Sie sein wird, dass es Ihr Leben erleichtert und Ihnen die Kraft geben wird, dieses Leben nicht nur zu ertragen, sondern sogar ein wenig zu genießen. Sie können der Welt alles geben, was Sie erschaffen. Sie können dieser Welt mit Neugier und offenen Augen begegnen, ständig Neues erforschen und kennenlernen. Und Sie können das, was Sie tun, mit Liebe und Hingabe tun, selbst wenn dabei nur der kleine Blumenkasten auf dem Balkon herauskommt, der winzige Farbtupfer im Alltags grau der Großstadt.

Vor einer Falle möchte ich Sie jedoch warnen: vor dem Morgen. Im Spanischen gibt es den Ausdruck mañana. Wer die Feinheiten dieser Sprache nicht kennt, glaubt, das bedeute morgen. In Wahrheit bedeutet es: nicht heute. Wenn Sie also "morgen" alles anders machen wollen, dann sagen Sie sich selbst mañana. Dann machen Sie es nicht heute. Sie machen es nicht JETZT. Was oft darauf hinaus läuft, dass Sie es niemals machen. Dann geht die Welt unter, ohne das kleine, frisch gepflanzte Apfelbäumchen. Die Welt kann damit leben. Nur Sie, Sie haben die Chance auf ein Stückchen Ewigkeit unwiederbringlich verspielt.



Namastè