

Sinn des Lebens von Stefan Strässle

Worin besteht eigentlich der Sinn des Lebens? Was ist der Zweck des Menschseins, der menschlichen Erfahrung auf der Erde? Gibt es überhaupt einen Sinn im Leben? Und macht es Sinn über den Sinn des Lebens nachzudenken? Ist das Leben selbst nicht «sinnvoll» genug?

Der österreichische Philosoph, Dichter und Schriftsteller Günther Anders sagte dazu: «Warum setzen wir voraus, dass ein Leben, ausser da zu sein und es zu leben, auch noch etwas haben müsste oder auch nur könnte – eben das, was wir Sinn nennen?»

Nichtsdestotrotz, wenn der menschliche Geist den Sinn und Zweck seines Daseins zu ergründen versucht, dann gilt es das ernst zu nehmen, darauf einzugehen und sich auf diese philosophische Reise zu begeben, mit dem Ziel den Inhalt, Sinn und Zweck unseres Daseins zu finden.

Der Mensch hat die Freiheit den Sinn seines Lebens selbst zu bestimmen. Er hat die freie Wahl. Niemand schreibt ihm vor, was der Sinn seines Lebens sein soll. Jeder entscheidet es für sich selbst. Doch welcher Teil in uns – Herz, Verstand, Intellekt oder Seele – bestimmt letztendlich über den Sinn, dem wir unserem Leben geben? Würden Herz und Seele denselben Lebenssinn wählen wie der Verstand oder der Intellekt? Und wie frei sind wir tatsächlich den Sinn unseres Lebens selbst festzulegen? Unterliegen wir nicht den Konditionierungen unserer Eltern, der Gesellschaft oder des menschlichen Kollektivbewusstseins? Oder hat unsere Sinnggebung gar etwas mit unserem individuellen Bewusstsein zu tun, welches wir mitgebracht haben in diese Inkarnation?

Hier eine spontane Liste von Möglichkeiten für den Sinn eines Menschenlebens:

- Möglichst viel Geld und Besitz anhäufen
- Eine Familie gründen, Kinder haben
- Karriere machen, erfolgreich sein
- Die Welt retten
- Anderen helfen
- Seine Berufung leben
- Im Moment leben
- Die Liebe leben
- Erleuchtet sein, seine Göttlichkeit leben

Das sind sehr unterschiedliche Sinnggebungen. Was verspricht sich der Mensch von dieser oder jener Sinnggebung und worin besteht deren tiefere Motivation? Am Ursprung jeder Sinnggebung steht wohl der bewusste oder unbewusste Wunsch nach einem bestimmten Gefühl, welches man sich durch die Sinnggebung zu fühlen erhofft. Nachfolgend einige subjektive Interpretationen dazu:

Möglichst viel Geld und Besitz anhäufen – *Sicherheit, Macht, Ansehen, Selbstwert.*

Eine Familie gründen, Kinder haben – *Geborgenheit, Wärme, Dazugehörigkeit, Liebe.*

Karriere machen, erfolgreich sein – *Selbstbestätigung, Selbstverwirklichung, Ansehen, Selbstwert.*

Die Welt retten – *Gutes tun, Gerechtigkeitssinn, Mitgefühl, Heldentum, Anerkennung, Selbstwert.*

Anderen helfen – *Gutes tun, Mitgefühl, Heldentum, Ansehen, Selbstwert, Genugtuung, Erfüllung.*

Seine Berufung leben – *Freude, Erfüllung, Glück.*

Im Moment leben – *Freiheit, Unbeschwertheit, Freude, Erfüllung.*

Die Liebe leben – *Nähe, Vertrautheit, Verbundenheit, Einssein, Zärtlichkeit, Sinnlichkeit, Liebe.*

Erleuchtet sein, seine Göttlichkeit leben – *Schöpfersein, Einssein, Liebe, Frieden.*

Wenn es nun bei unseren Sinngebungen tatsächlich nur um das Erleben von Gefühlen geht, dann erhält das Spiel des Lebens plötzlich einen etwas anderen Stellenwert. Denn alle Gefühle lassen sich bekanntlich erleben, ohne dass wir dafür eine äussere Erfahrung brauchen, die diese Gefühle in uns auslösen. Die Information im Lotto eine Million gewonnen zu haben, lässt in uns von einem Moment auf den anderen Glücksgefühle entstehen. Obwohl wir das Geld noch nicht auf dem Konto haben, geschweige denn in unseren Händen gehalten haben, entstehen diese überschwänglichen Gefühle in uns. Wir allein, mithilfe einer von aussen kommenden gedanklichen Information, haben diese Gefühle erschaffen. Praktisch aus dem Nichts!

Wir sind also die Schöpfer unserer Gefühle. Wir können aus uns selbst heraus jedwelche Gefühle kreieren, auch ohne das Hilfsmittel einer kausalen Aktion-Reaktion (Lottogewinn)! Mit anderen Worten, wir können die Gefühle, die eine erfolgreiche Karriere oder Geld und Besitz in uns auslösen, auch ohne «Karriere zu machen» oder «Geld und Besitz zu haben» erzeugen. Wenn wir lernen die gewünschten, berausenden Gefühle *aus uns selbst heraus* zu erzeugen, dann leben wir unseren «Sinn des Lebens», ohne dafür einen physischen und emotionalen Aufwand geleistet zu haben. Einen Aufwand, von dem wir, aufgrund unseres herkömmlichen Denkens, glauben, ihn für den «Sinn» in unserem Leben leisten zu müssen.

Keine Sinngebung ist besser oder richtiger als eine andere. Jeder Mensch liegt mit *seiner* Sinngebung und *seiner* Sicht der Dinge «richtig». Denn wie etwas für einen Menschen ist, was also seine momentane Wahrheit ausmacht, ist genau die Wirklichkeit, die zu ihm passt. Somit ist jede Sinngebung «richtig».

Natürlich können sich Sinngebungen im Verlauf der Zeit und mit der Erfahrung wandeln. Plötzlich ergibt ein vormals gültiger Sinn keinen Sinn mehr. Was während vielen Jahren tiefe Bedeutung hatte, ist plötzlich inhaltsleer. Woran liegt das?

Gibt es womöglich viele *relative* Sinngebungen, die sich mit der Zeit abnutzen und leer werden? Und wenn ja, gibt es einen *absoluten* Sinn des Lebens?

Geschichte vom Sinn des Lebens

Ein Investmentbanker stand in einem kleinen mexikanischen Fischerdorf am Pier und beobachtete, wie ein kleines Fischerboot mit einem Fischer an Bord anlegte. Er hatte einige riesige Thunfische geladen. Der Banker gratulierte dem Mexikaner zu seinem prächtigen Fang und fragte ihn, wie lange er dazu gebraucht habe.

«Ein paar Stunden nur, nicht lange», antwortete der Fischer.

Daraufhin fragte der Banker, warum er denn nicht länger auf See geblieben sei, um noch mehr zu fangen. Der Fischer erklärte ihm, dass diese Fische ihm reichten, um seine Familie während den nächsten Tagen zu versorgen.

Der Banker liess nicht locker und fragte: «Aber was tun Sie denn mit dem Rest des Tages?»

Der Fischer erklärte schmunzelnd: «Ich schlafe morgens aus, gehe ein bisschen fischen, spiele mit meinen Kindern, mache mit meiner Frau Maria nach dem Mittagessen eine Siesta, gehe ins Dorf spazieren, trinke dort ein Gläschen Wein und spiele Gitarre mit meinen Freunden. Sie sehen, ich habe ein ausgefülltes Leben.»

«Ich bin ein Harvard-Absolvent», erklärte der Banker stolz, «und ich könnte Ihnen helfen. Sie sollten mehr Zeit mit Fischen verbringen und vom Erlös ein grösseres Boot kaufen. Mit dem Erlös hiervon wiederum könnten Sie mehrere Boote kaufen, bis Sie eine ganze Flotte haben. Statt den Fang an einen Händler zu verkaufen, könnten Sie direkt an eine Fischfabrik verkaufen und schliesslich eine eigene Fischverarbeitungsfabrik eröffnen. Sie könnten Produktion, Verarbeitung und Vertrieb selbst kontrollieren. Sie könnten dann dieses kleine Fischerdorf verlassen und nach Mexiko City, Los Angeles oder nach New York umziehen, von wo aus Sie dann Ihr florierendes Unternehmen leiten.»

«Und wie lange wird dies alles dauern?» fragte der Fischer.

«So etwa 15 bis 20 Jahre», antwortete der Banker.

«Und was dann?» insistierte der Fischer.

Der Banker lachte und sagte: «Dann kommt das Beste. Wenn die Zeit reif ist, könnten Sie mit Ihrem Unternehmen an die Börse gehen, Ihre Unternehmensanteile verkaufen und sehr reich werden. Sie könnten Millionen verdienen!»

«Millionen, und dann?» fragte der Fischer verwundert.

Der Banker antwortete: «Dann könnten Sie aufhören zu arbeiten. Sie könnten in ein kleines Fischerdorf an der Küste ziehen, morgens lange ausschlafen, ein bisschen fischen gehen, mit Ihren Kindern spielen, eine Siesta mit Ihrer Frau machen, ins Dorf spazieren, am Abend ein Gläschen Wein genießen und mit Ihren Freunden Gitarre spielen.»

Absoluter Sinn des Lebens

Die Geschichte mit dem Fischer und dem Banker zeigt, wie relativ unsere Sinngebungen oftmals sind. Der Fischer war bereits angekommen in seinem persönlichen Sinn des Lebens. Die Ideen, die der Banker dem Fischer aufzuschwatzen versuchte, war seine persönliche Sinngebung.

Wonach suchen wir im Leben? Wonach suchte der Fischer, wonach der Banker?

Gibt es einen höher gestellten, endgültigen, absoluten Sinn im Leben? Gibt es einen «wahren» Sinn des Lebens, der sich nie leer anfühlt? Einen Sinn, der sich fortlaufend und jederzeit richtig anfühlt?

Würde ein wahrhaft glücklicher Mensch die Frage nach dem Sinn des Lebens stellen? Haben wir uns in den schönsten, glücklichsten und erfüllendsten Momenten die Frage nach dem Sinn des Lebens gestellt? Wohl eher nicht!

Ein Tier oder eine Pflanze wird sich wahrscheinlich die Frage nach dem Sinn des Lebens auch nicht stellen, weil eine solch komplexe, existenzielle Frage mit Bewusstsein, Selbst, Reflektion und philosophischem Verständnis («Liebe zur Weisheit») zu tun hat und man Tieren und Pflanzen jene Bewusstseinsfacetten abspricht.

Kinder hingegen stellen ihren Eltern die Frage: «Wo bin ich hergekommen?» Im späteren Verlauf des Lebens werden unsere Fragen etwas ernster: «Was passiert, wenn ich sterbe?» Wir möchten die Bedeutung unseres menschlichen Daseins verstehen. Deshalb fragen wir uns: «Welchen Sinn hat mein Leben? Wozu oder wofür lebe ich?»

Sinnfragen beantwortet man am Besten, indem man denjenigen erforscht und ergründet, der die Frage stellt. Jede Sinnfrage ist unzertrennlich mit dem Fragesteller und dessen tiefsten Sein verbunden. Wer bin ich also? Was ist meine Natur, meine wahre Essenz?

Wir sind Schöpfer, ausgestattet mit einer unendlichen Kraft und Macht, unser Dasein nach unseren Vorstellungen und Wünschen zu gestalten, zu erschaffen. Wir sind lichtvolle Wesen, die im Kern unseres Seins voller Liebe, Freude und Glückseligkeit sind. Wir sind göttliche Wesen und da Gott und Schöpfung eins sind, *sind* wir Gott! Insofern ist unser Lebenssinn vorgegeben, nämlich unsere Göttlichkeit, unser Gottsein in dieser Lebensdimension – in der Materie – zum Ausdruck zu bringen.

Wow!

Der absolute Sinn des Lebens besteht also darin unsere Göttlichkeit zum Ausdruck zu bringen, Gott zu sein!

Und wie macht man das? Indem man im Inneren voller Freude ist. Je glücklicher und fröhlicher ein Mensch im Innern ist, desto näher ist er seiner Göttlichkeit und damit im Einklang mit allem Leben. Glücklich und froh zu sein ist wohl das überraschendste Gefühl, das es gibt. Es ist die eigentliche Erfüllung im Leben.

Doch was ist Freude? In der Freude zu sein bedeutet ohne Urteil, ohne Angst oder Schuldgefühle zu sein. Im Zustand der Freude existieren keine negativen Emotionen, weder Hass, Wut, Eifersucht noch Bitterkeit. In einem Zustand von Freude ist man erfüllt, lebendig und vollständig. Kraft, Weisheit und Kreativität fließen dann aus dem Inneren hervor. Wer aus der Freude lebt, wird vollkommen gesund sein und weniger schnell altern, wenn überhaupt, weil das Leben nicht mehr anstrengend ist, sondern ein wundervolles Abenteuer.

Wie entsteht Freude? Indem man sich selbst liebt, in jedem Augenblick. Aus der Liebe zum eigenen Selbst entsteht Freude. Es ist deshalb wichtig Selbstliebe und Selbsterfüllung zu leben. Das erreicht man, indem

man am Leben teilnimmt und jene Dinge tut, die einen glücklich machen. Daraus entsteht Freude, die noch mehr Freude generiert. Wenn man sein Leben lebt, um sich selbst glücklich zu machen, dann lebt man sein Leben *im Sinne des Lebens*.

Wir sind also nicht wegen einer Vorsehung, einer Bestimmung oder irgendeiner speziellen Sache hier auf der Erde, sondern nur deshalb weil wir «leben» wollen, Freude, Liebe und Glück spüren wollen und in jedem Augenblick des Lebens das tun wollen, wozu uns das schöpferische Selbst, unsere Seele, drängt.

Unsere Schöpferkraft erlaubt uns all das zu erschaffen, wonach es uns beliebt. Wenn wir diese Freiheit in unserem Bewusstsein annehmen und erkennen, dass wir es wert sind, dann können wir alles sein oder haben, denn wir sind unserem Wesen nach unbegrenzt.

In der Gemeinde, wo ich wohne, gibt es einen Mann mittleren Alters, dem man nachsagt er sei ein «Messie». Tatsächlich sammelt er alles Mögliche und kann sich offensichtlich nicht von all den gesammelten Dingen trennen, die er in dem einen Zimmer, das er bewohnt, aufbewahrt. Er hat weder einen festen Job noch ein regelmässiges Einkommen. Hin und wieder arbeitet er aushilfsweise bei einem Bauern. Bei der Gemeinde ist er durch alle Register gefallen. Er bezahlt keine Steuern, weil er kein wirkliches Einkommen und ausser einem Fahrrad keinen Besitz hat. Er erhält meines Wissens auch keine Sozialhilfe. Er passt in keinen Rahmen, er ist gesellschaftlich überhaupt nicht einzuordnen.

Man würde denken, dass er ein sehr schwieriges Leben führt mit vielen Herausforderungen und Problemen. Doch wenn man ihm begegnet, dann erkennt man einen Mann mit einem jungenhaften Aussehen und einem unglaublich süssen und friedlichen Gesichtsausdruck. Wann immer ich ihn sehe, fällt mir das selige Lächeln in seinem Gesicht auf. Er hat etwas Reines und Unschuldiges an sich. Irgendwie geht einem das Herz auf, wenn man ihm begegnet, nicht aus Mitleid, sondern wegen seiner Ausstrahlung.

Ich denke, dass er im Moment lebt und nur das tut, was er tun möchte, um leben zu können. Er ist mit seinem Leben glücklich und in gewisser Weise erleuchtet. So erscheint es mir. Er hat sich die Freiheit herausgenommen das zu tun, was er tun möchte, zu kommen und zu gehen, wie es ihm beliebt. Vielleicht hat er das Wunder und die Magie des Augenblicks in einer Tiefe und Schönheit kennengelernt, die wir noch suchen.

Wenn wir uns erlauben einfach zu sein und auf das Drängen in unserem Inneren zu hören – auf die Gefühle –, dann werden wir die Erfahrung von Dingen machen, die unser wundervolles Selbst in tiefer Weisheit und Freude erweitern.

Viele relative Sinngebungen können in diesem einen Leben erfüllt und gelebt werden. Doch *ein* Lebenssinn wird uns durch alle Lebensdimensionen und Inkarnationen hindurch begleiten, nämlich die Liebe zu uns selbst. Die Vertiefung der Selbstliebe und damit der Ausdruck der Freude ist wohl gleichbedeutend mit dem absoluten Sinn des Lebens.

Im Augenblick und in der Selbstliebe zu *sein* bringt Glücksgefühle und Freude – der Sinn des Lebens!