

Der Sinn des Lebens

Lassen Sie uns diese Woche mit einer einfachen Überlegung beginnen: Was ist der Sinn des Lebens? Die Antwort auf diese Frage füllt diverse Regalmeter in jeder Buchhandlung. Wenn sie sich davon überzeugen wollen, schauen Sie nachher doch mal bei Graff vorbei. Doch ich denke, selbst wenn sie das alles gelesen haben sollten, werden sie nicht auf die einzig richtige Antwort gestoßen sein, denn ich fürchte, dass es die so nicht gibt.

Ich glaube vielmehr, dass der Sinn jedes einzelnen Lebens so individuell ist, wie das Leben selbst. Für mich fest steht, dass es ihn gibt und dass Leben besser gelingt, wenn wir seinen Sinn für uns zumindest grob umreißen können. Wahrscheinlich ist es dann auch nicht der eine Sinn des Lebens, den wir finden, sondern es sind mehrere, die wir aufteilen können in Ziele und Rahmenbedingungen. Vieles, was von außen kommt, beeinflusst unseren Lebenslauf ganz maßgeblich. Ein gutes Leben braucht ein stabiles Fundament. Ausreichend Nahrung, Sicherheit, Beziehung, Freiheit und Frieden gehören unverrückbar dazu. Menschen, die einen Krieg erleben mussten, berichten, dass sich in Kriegszeiten Werte und Ziele geradezu disruptiv verändert haben, weil auf einmal Leben an sich infrage gestellt war. Ich denke, dass die Bilder und Berichte aus den Kriegs- und Krisengebieten dieser Welt uns neben Betroffenheit auch mit Dankbarkeit erfüllen können, darüber, dass wir hier in Deutschland seit über 70 Jahren in Frieden leben dürfen.

Zurück zur Ausgangsfrage. Der Dalai-Lama sagt: „Der Sinn des Lebens ist es, glücklich zu sein.“ Das klingt eingängig, das ist nachvollziehbar und wer könnte von sich schon sagen, dass er nicht gern glücklich ist. Stellt sich nur die Frage, wie wir diesen Zustand erreichen. Auf dem Sofa zu sitzen und darauf zu warten, dass ich mich endlich glücklich fühle, ist da vielleicht etwas zu wenig. Viele unserer Zeitgenossen suchen ihr Glück im Äußeren. Das schicke Auto, das schöne Häuschen, die tolle Urlaubsreise, all das sind Überschriften unter denen Glück gesucht wird. Kurzfristig können materielle Dinge auch durchaus glücklich machen, doch das hält meist nicht lange an. Nachhaltigere Glücksquellen sind hingegen die, die aus dem Inneren heraus kommen. Die vorhin bereits zitierte Dankbarkeit wäre da zu nennen, Freude an dem, was uns in dieser wunderbaren Welt in der Natur umgibt und natürlich auch Liebe und Wertschätzung. Die beiden Letztgenannten gelten im Übrigen in beiderlei Richtung: geliebt zu werden ist genauso schön, wie Liebe zu geben, wertgeschätzt zu sein baut auf doch ist genauso erfüllend, zu erleben, wie andere Menschen strahlen können, wenn sie Wertschätzung erfahren.

Liebe deinen Nächsten wie dich selbst, sagt Jesus Christus. Trage dazu bei, dass es deinen Mitmenschen gut geht, achte auf ihre Bedürfnisse, schaue, wo du helfen kannst und tue genau das, aber eben wirklich genau das auch für dich selbst. Das kann eine gute Strategie sein, um glücklich zu leben und dann ist die Suche nach dem Sinn des Lebens vielleicht wirklich ein Kinderspiel.