

Essay-Brief April 2021
Der Sinn meines Lebens
Home-Seminar
© Bernd Helge Fritsch

Der Sinn meines Lebens

Im Rahmen unseres „Home-Seminars“ wollen wir mit diesem Brief näher auf die erste der gestellten Fragen eingehen, die da lautet:

„Was ist für mich der Sinn meines Lebens?“

Ich kann in diesem Brief nicht auf die zahlreichen schönen und wertvollen Antworten, die ich zu dieser Frage bekommen habe, näher eingehen.

Doch ich berichte euch stichwortartig, worin verschiedene Seminar-Teilnehmer den Sinn ihres Lebens erblicken:

- Zu leben, wie ich leben will
- Meine Wünsche erfüllen und meine Ziele erreichen
- Glückseligkeit zu finden
- Die Freude am Dasein bewusst zu erleben
- Die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln und für die Mitmenschen einzusetzen
- Erfahrungen zu machen
- Verschiedene Rollen zu spielen
- Lieben zu lernen - Liebe zu schenken
- Mit Herz und Gefühl die Ordnung der Welt zu verstehen
- Göttliches Bewusstsein zu erlangen

Ego- Wünsche

Die Antworten spiegeln wieder die herrliche Verschiedenartigkeit der Persönlichkeiten, die an unserem Seminar teilnehmen. Sie zeigen auf, wie wir alle am „Weg“ sind, unseren Lebens-Sinn zu finden und zu erfüllen.

Dank der Kraft unserer Gedanken können wir uns jeden Sinn des Lebens einsuggerieren, den wir uns vorstellen.

Grundsätzlich kann gesagt werden, dass unser Bestreben die Wünsche unseres Egos zu erfüllen, vielleicht kurzfristig angenehme Gefühle mit sich bringt. Längerfristig jedoch kann auf diese Weise die Sehnsucht unserer Seele

nach ihrer wahren Heimat nicht befriedigt werden. Gefühle des Unerfüllt-Seins, der Traurigkeit, der Öde und Sinnlosigkeit sind die Folge.

Nur Zufriedenheit und Annehmen, was ist, führt uns zur grundlosen Liebe, führt uns zur beglückenden Dimension jenseits der dualen Glücks- und Unglücks-Erfahrungen.

Manche sagen, der Sinn des Lebens besteht einfach darin, zu leben, einfach zu nur zu „Sein“. Doch diese Einstellung beantwortet nicht die Frage „wie“ wir leben sollen. Sie befreit uns nicht von unseren Problemen, Ängsten und Sorgen. Sie zeigt uns nicht wie wir ein tief beglückendes und erfülltes Leben führen können.

Einige Teilnehmer erklärten, dass sie die Frage nach dem Sinn nicht beantworten können, obwohl sie darüber schon viel gelesen und nachgedacht haben. Tatsächlich ist der wahre Sinn des Lebens mit unserem, nur für das irdische Leben nützlichen Verstand, nicht zu erfassen.

Laotse - Daodejing

Es gibt eine berühmte rund 2.600 Jahre alte chinesische Schrift mit Namen Daodejing (auch Tao te king). Sie wird in der chinesischen Tradition als das „Buch vom Sinn und Leben“ bezeichnet. Als ihr Autor gilt der legendenumwitterte Laotse. Sein wirklicher Namen ist unbekannt. Das Wort „Laotse“ kann mit „der Alte“ übersetzt werden. Die Person dahinter wurde vermutlich zum Ende des 7. Jh. v. Chr. geboren.

Das chin. Wort „Dao“ lässt viele Deutungen zu. Es kann mit Weg, Fluss, Prinzip oder Sinn übersetzt werden. „de“ bedeutet Kraft, Leben und Charisma und „Jing“ bezeichnet eine Ansammlung von Texten.

Dieses Buch gilt als die geistige Grundlage des Taoismus. In einzigartiger Weise vermag es uns mit höchst weisheitsvollen, oft mystischen Worten den Sinn des Lebens näher zu bringen.

In der wunderbaren Übersetzung vom Chinesischen ins Deutsche durch Richard Wilhelm, bekommen wir gleich im ersten Absatz grundlegende Hinweise auf den Sinn des Lebens:

Der Sinn, der sich aussprechen lässt, ist nicht der ewige Sinn. Der Name, der sich nennen lässt, ist nicht der ewige Name. "Nichtsein" nenne ich den Anfang von Himmel und Erde.

"Sein" nenne ich die Mutter der Einzelwesen. Darum führt die Richtung auf das Nichtsein zum Schauen des wunderbaren Wesens, die Richtung auf das Sein zum Schauen der räumlichen Begrenztheiten...

Laotse erklärt hier, dass mit Worten der „Sinn“ (des Lebens) nicht ausgedrückt werden kann. Begriffe sind nur brauchbar zur Beschreibung der Phänomene in der diesseitigen Welt. Die jenseitige Welt, in der Ursprung und Sinn von allem Leben beheimatet sind, besteht aus „Nicht-Sein“. Das heißt, sie ist für unsere Sinne und unser Denken nicht greifbar, nicht existent.

Unsere sinnlichen Wahrnehmungen und unser Denken sind uns zur Wahrnehmung des Sinns mehr im Wege als nützlich. Nur wenn wir innerlich total leer und still werden, können wir zum „Sinn“ vordringen. Nur mit dem Herzen können wir wirklich „sehen und erkennen“. Erwinnere dich an die Worte von Antoine de Saint-Exupéry im Kleinen Prinzen: „Man sieht nur mit dem Herzen gut!“

Ich höre immer wieder klagen und weiß natürlich auch aus vergangener eigener Erfahrung wie schwer es anscheinend ist, tief und anhaltend in die Stille zu gehen. Was ist dafür die Ursache?

Wie Laotse im zweiten Absatz des obigen Zitates aus dem Daodejing erklärt, ist unsere geistige Ausrichtung entscheidend. Wenn wir überwiegend mit dem irdischen „Sein“ – also mit weltlichen Belangen, wie Wünsche und Sorgen beschäftigt sind – so nehmen wir vorrangig die Begrenztheiten des irdischen Lebens wahr. Dazu zählen zwischenmenschliche Konflikte, finanzielle Einschränkungen, gesundheitliche Probleme und Ängste aller Art.

Wenn wir uns hingegen mehr auf das jenseitige „Nicht-Sein“ ausrichten, so verlieren alle irdischen Probleme an Bedeutung und Kraft und wir gelangen immer mehr zum „Schauen des wunderbaren Wesens“. Anders gesagt, wir erfahren auf übersinnliche Weise den eigentlichen Sinn, die wunderbare Schönheit und Liebe des diesseitigen und jenseitigen Daseins.

Selbstbefragung

Eine uralte in Indien gelehrte und praktizierte Methode um bewusst mit der transzendenten Dimension in Verbindung zu treten, nennt sich „Atma Vichara“ (Selbst-Ergründung oder Selbst-Befragung).

Die Frage nach dem „Sinn des Lebens“ ist eng verknüpft mit der Frage „Wer bin ich?“ Beide Fragen lassen sich mit dem Verstand nicht lösen, denn sie betreffen die Dimension hinter den Erscheinungen der Welt.

Wir können mit dieser Dimension sehr einfach in Verbindung treten, indem wir uns in einem Zustand der Entspannung und innerer Ruhe eine dieser beiden Fragen stellen. Beide Fragen führen zum selben Ziel. Wir wenden uns mit ihnen automatisch unserer höheren, spirituellen Wesenheit zu.

Wir sollten bei der Frage-Stellung strikt vermeiden, auf unsere Frage eine Antwort zu geben. Denn es wird eine vom Verstand kommende sein und dadurch und landen wieder in der diesseitigen Welt.

Unterstützend können wir uns allerdings bewusst machen, wer wir **nicht** sind. Die Antwort darauf lautet: „Du bist all das nicht, was du bisher geglaubt hast zu sein! Du bist nicht, dein Körper, deine Gedanken, deine Vergangenheit, deine Lebensgeschichte, deine Beziehungen, deine Besitztümer und so weiter und so fort.“

Erst wenn wir jegliche Identifikation mit diesem oder jenem beenden, erst wenn wir unser egozentrisches Denken beenden öffnet sich das Tor zu zum Sinn unseres Lebens zu unserem wahren Sein.

Mit herzlichem Gruß

Bernd

Ich freue mich wenn du dich unserem „Home-Seminar“ beteiligst und lade dich ein, mir per Mail deine Fragen und Ansichten mitzuteilen.

Alle bisherigen Essay-Briefe findest du auf unserer Homepage: www.berndhelgefritsch.com

Ich freue mich über jede Zuschrift, über Feedback, Fragen, Kritik und Anregungen. Werde gerne persönlich darauf antworten. Bitte an: office@berndhelgefritsch.com

Wenn dir meine Essay-Briefe gefallen, so bin ich dankbar wenn du sie an deine Freunde weiter empfiehlst! Das kostenlose Abo kann über die Office-Mailadresse oder über <http://www.berndhelgefritsch.com/rundbrief.html> bestellt werden.