

# Was gibt dem Leben Sinn?

Die Frage nach dem Lebenssinn ist eine existentielle Frage. William Barclay formuliert:

*„Es gibt zwei großartige Tage im Leben eines Menschen:  
Den Tag, an dem wir geboren wurden,  
und den Tag, an dem wir entdecken, wofür.“*



Ja, wofür leben wir? Wofür lohnt es sich zu leben? Wir strampeln uns im Alltag ab. Wir verfolgen materielle Ziele, in der Hoffnung, mit deren Erreichung im Innern zufrieden und glücklich zu werden. Doch jede Zielerreichung im materiellen Bereich zeigt uns, Zufriedenheit, Freude und Glück über die Erfüllung währen nur kurz. Irgendwann kommen wir an den Punkt, uns zu sagen:

**Nein, ich bin nicht mehr bereit, meine Sehnsucht nach einem sinnvollen Leben zu ignorieren!**

**Ich bin nicht länger bereit, meinen Wunsch nach einer besseren Gegenwart weiter auf Eis zu legen!**

**Ich bin nicht länger bereit, meine Träume von innerer Lebendigkeit aufzuschieben!**

**Ich bin nicht länger bereit, meine Grenzen zu eng zu ziehen!**

**Nein, ich lasse mich nicht vom täglichen Kleinkram in Geiselschaft nehmen!**

**Ich rebelliere und ruhe nicht eher, als ich Sinn in meinem Leben gefunden und realisiert habe.**

Liebe Freunde, wenn Sie an diesem Punkt angekommen sind, sind Sie an einem Markstein ihres Lebens angekommen. An diesem Punkt zu stehen heißt nicht, dass mit der Beantwortung der Sinnfrage Ihr Leben geritzt ist. Nein, lieber Freund, an diesem Punkt zu stehen, bedeutet gefordert zu sein, über sich selbst hinaus zu wachsen.

*„Gib dich nicht mit Kleinheit zufrieden!*

*Alles in dieser Welt ist klein, denn es ist eine Welt,  
gemacht im seltsamen Glauben,  
dass Kleinheit dich zufriedenstellen kann.*

*Es steht dir frei,  
alle möglichen Formen von Kleinheit zu erproben,  
doch letztendlich wirst du akzeptieren,  
dass du nur mit der Größe zufrieden sein wirst,  
die dein Zuhause ist.*

*Es gibt eine tiefe Verantwortung, die du dir selbst schuldest, und  
die dir niemand abnehmen kann.  
Dich zu deiner wahren Größe zu bekennen.“*

(aus „Ein Kurs in Wundern“)



„Indem du dir zutraust“, sagt Veit Lindau, „größer und freier darüber zu denken, wer du bist, was du kannst und was du der Welt zu geben hast und bereit bist, dem konkrete Taten folgen zu lassen, bringst du eine freiere Version deines Selbst auf die Erde. Das größte Geschenk, das du mit allen Menschen teilen kannst, bist DU. Du in deiner schönsten, kühnsten, liebevollsten Version.“

Was hindert uns, über uns selbst hinaus zu wachsen? Sind es unsere Ängste, die uns hindern? Obwohl eine Kuh groß und stattlich ist, akzeptiert sie das schmale Band des Weidezauns als unüberwindliches Hindernis, nachdem sie gelernt hat, dass es weh tut, am Bändchen zu rühren. Reagieren wir ebenso? Akzeptieren wir unseren Weidezaun, den uns unsere Umgebung, unsere Gesellschaft verpassen will?

Was ist das außerordentliche Geschenk, das wir der Welt geben können, das unsere Größe ausmacht und allen Sinn enthält?

**Bob Geldof**, der bekannte irische Musiker formuliert es so: „Spät in meinem Leben habe ich entdeckt, was jeder andere offenbar schon wusste. Liebe ist alles, was du brauchst. Vor zehn Jahren war ich am Boden zerstört. Und dann, in meiner abscheulichsten Phase, kam diese Frau. Sie entdeckte etwas Liebenswertes in mir. Ich lehnte es ab. Sie beharrte und setzte mein menschliches Wesen Stück für Stück wieder zusammen. Das war Jeanne, die ich in Paris

kennen lernte und die keine Ahnung hatte, wer ich war. Zu leben und zu lieben ist alles, worum es geht. Ich habe lange gebraucht, um das zu verstehen.... Ist Liebe heilig? Ja.“ („Die Zeit“ vom 17. 2. 2011)

**Es ist ein großartiger Tag**, in unserem Leben, den Liebesweg als Sinnweg des Lebens zu erkennen und sich dazu zu entschließen, ihn zu gehen. **Es ist ein großartiger Tag**, zu neuem Leben zu erwachen und zur wahren Größe. Es hängt mit unserer Intelligenz zusammen, Liebe zu uns selbst und zum Nächsten als den innersten Lebensfunken zu erkennen und ihn zu leben.

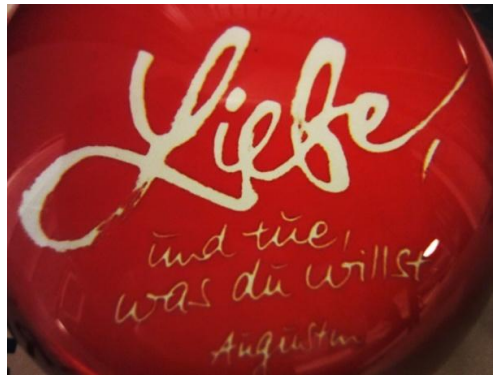
**Nur in der Liebe wirst du wirklich wirklich.** Natürlich kannst du andere Wege versuchen, um Sinn in deinem Leben zu finden, doch du wirst am Ende deines Suchens auf den Liebesweg treffen. Sage dir den Satz „Ohne meine Vergangenheit bin ich sofort frei!“ und lass ihn in deinem Innern wirken; alles Belastende wird von dir abfallen (, weil deine Vergangenheit von dir abfällt) und du wirst unverzüglich deinen Lebensfunken spüren!

### ***Können wir sicher sein, dass Liebe den Lebenssinn widerspiegelt?***

**Ja, die höchste Entwicklungsstufe des Menschseins, gipfelt im leidenschaftlichen Engagement der Liebe für Mensch und Geschöpf. Diese Entwicklung über mehrere Stufen hinweg ist wissenschaftlich untersucht und bewiesen. Sie verläuft in allen Völkern und allen Kulturen gleich. Sind wir im vollen Menschsein angelangt, haben wir die Liebe und mit ihr den Lebenssinn so zu sagen als Geschenk.** (Wenn Sie diese Entwicklung interessiert, klicken Sie bitte auf [www.moral.or.at](http://www.moral.or.at), dort finden Sie die Entwicklungsstufen.)

So groß(artig) ist Liebe, dass wir nichts falsch machen können in unserem Leben, wenn wir (bedingungslos) lieben. Liebe – und tu, was du willst!

Zu Augustinus, dem bekannten Bischof von Hippo in Nordafrika, kam eines Tages ein Vater und fragte ihn um Rat, wie er mit seinem pubertierenden Sohn umgehen solle. Er schilderte ihn als reine Nervensäge und gestand: „Eigentlich wollte ich ihn schon bisweilen umbringen!“ Augustinus richtet die Frage an den erzürnten Vater: „Liebst du ihn?“ Die spontane Antwort des Vaters: „Natürlich, er ist doch mein Sohn!“ Darauf antwortete Augustinus: „Dann liebe und tu, was du willst!“



### *Was ist die **Voraussetzung** dafür, eine Liebende, ein Liebender zu werden bzw. zu sein?*

Um mit dem Lieben beginnen zu können – wie Jeanne – braucht es den ganzen, den möglichst heilen Menschen. Heil ist der Mensch aber erst, wenn er sich selbst liebt. **Erst wenn wir uns selbst lieben, sind wir fähig, andere Menschen zu lieben.** Häufig aber ist in der Kindheit wegen mangelnder Anerkennung unsere Selbstliebe auf der Strecke geblieben!

Rufen wir uns deshalb die Situation der Verletzung(en) unserer Kindheit ins Gedächtnis und schauen wir sie mit unseren „erwachsenen“ Augen an! Stellen wir uns der Erkenntnis, dass dem Kind, das wir waren, Unrecht geschehen ist, wenn es abqualifiziert wurde mit Sätzen wie „Das kannst du nicht.“..., dass diesem Kind Unrecht geschehen ist, wenn es in seiner Einmaligkeit von den Eltern nicht ernst genommen wurde, dass es Unrecht war, wenn die Eltern die Gefühle des Kindes missachtet hatten. **Dieser Schritt der Einsicht ist wichtig.** Gelingt es den Eltern nicht, bedingungslos zu lieben, fehlt nämlich dem Kind Urvertrauen, Vertrauen ins Leben also. Und: **Wenn ein junger Mensch zu wenig Urvertrauen entwickelt, wird er übermäßig selbstkritisch. Er zweifelt an sich selbst, an seinen Fähigkeiten und an seinem Angenommensein durch die Mitwelt.** Und so laufen wir zeitlebens in einem Erwachsenenkörper umher, in dem ein Kind steckt, das sich nach Liebe sehnt und gleich wie als Kind auch als Erwachsener alle Anstrengung unternimmt, um es den Mitmenschen, dem Partner, dem Chef,... recht zu machen und dafür Anerkennung als eine Form von Liebe zu bekommen. Auf diese Weise leben wir nicht selbstbestimmt, sondern wir mühen uns ab, es anderen recht zu machen. Aber weil auch in unserem Gegenüber ebenso das Kind steckt, das Liebe braucht, werden wir diese Liebe, auch wenn wir brav und angepasst sind, seltenst bekommen, wir aber verlieren all unsere Energie in diesem Hamsterrad.

Liebe Freunde, es geht darum, uns selbst den Respekt zu zollen, der uns gebührt. Zollen wir uns die Anerkennung und die Liebe, die uns von außen vorenthalten wurde und wird! Denken wir gut über uns. Rufen wir „stop“ und formulieren wir sofort jeden negativen Gedanken in einen positiven Gedanken um. **Unsere Wirklichkeit ist das, was wir denken. Anders existiert Wirklichkeit nicht.** Unsere positiven Gedanken kreieren unsere Gefühle der Liebe. Wir werden die Liebe nicht spüren, solange wir uns selbst verurteilen, niederdrücken, als minderwertig sehen, meinen, nicht gut genug zu sein, zu wenig gut auszusehen,....

„Viele“, sagt Anselm Grün, „können kein Selbstwertgefühl aufbauen, weil sie anderen Macht über sich geben.“ Es geht darum, Aggression zuzulassen, wenn Menschen gegen die Liebe verstoßen. „Aggression ist der Impuls, mich von anderen zu distanzieren, um so bei mir sein zu können. Manchmal muss man den, der einen verletzt hat, aus sich hinaus werfen. Anstatt die Wut in uns hinein zu fressen oder in der Wut zu explodieren, sollten wir die Wut dazu benutzen, uns von denen, die uns ständig beschäftigen, zu distanzieren, sie innerlich aus uns hinaus zu werfen. Manche meinen, das wäre nicht christlich. Christlich sei die Vergebung. Aber die Vergebung steht immer am Ende der Wut und nicht am Anfang. Solange der, der mich verletzt hat, noch in meinem Herzen ist, wäre Vergebung Masochismus. Ich würde mich selbst damit verletzen. Erst wenn ich mich von ihm distanziert habe, wenn ich ihn aus mir hinausgeworfen habe, kann ich ihm wirklich vergeben, im Wissen darum, dass er ja auch nur ein verletztes Kind ist.“ (Das gilt ganz besonders auch in Bezug auf die Eltern!)

Liebe Freundin, lieber Freund, zweifeln Sie immer noch an sich? Aus tiefster Überzeugung sage ich Ihnen:

**Das, was Sie sind und was Sie tun, es genügt schon lange.**

Sie sagen: Ohne den hohen Ansprüchen Ihres Perfektionismus gerecht zu werden, geht es nicht?

Sie haben insgeheim beschlossen, sich fortwährend zu bestrafen mit Schuldgefühlen, Unzufriedenheit und Depression?

Wem möchten Sie es eigentlich immer noch Recht machen? Dem Vater Ihrer Kindheit? Der Mutter? Ihrem Partner? Dem Chef? Oder Freunden und Bekannten?

**Es genügt, so wie Sie sind. Es genügt schon lange. Glauben Sie es mir, Sie sind o. k..**

## *Was mit den Verletzungen tun?*



Selbstwertgefühl ist also nicht angeboren, sondern es wird durch die elterliche Erziehung gelernt. Der folgende Satz ist in diesem Zusammenhang ganz wichtig: **Was gelernt ist, kann wieder verlernt werden, durch Neues ersetzt.** Es ist nie zu spät, Selbstwertgefühl zu entwickeln, zu sich Ja zu sagen; dazu gehört die Aussöhnung mit der eigenen Lebensgeschichte. „Unser Problem“, sagt Bugental, „liegt darin, dass wir unser Selbst immer außen suchen, in äußerer Bestätigung, in äußeren Erfolgen, in äußerer Sicherheit. Wir können es aber nur innen finden, in der inneren Welt unserer Seele, in unserer wahren Heimat.“

Die Kindheit  
ist endgültig vorüber.  
Stimme dem zu, wie es war.  
Schau liebevoll auf das Kind,  
das du einmal warst.  
Sei heute selber deine eigene gute Mama,  
dein eigener guter Papa.  
Die Zeit der Fremdbewertung  
ist vorbei.

R. Federsel

Die Verletzungen der Kindheit, die Verletzungen durch die Eltern, und mögen sie noch so gravierend sein und mögen wir zeitlebens darunter gelitten haben, wir dürfen sie als „Kapital“ sehen, mit dem wir wirtschaften können. Rupert Federsel sagt: „Wenn du lange genug so tust als wärest du im Leben zu kurz gekommen und das auch noch glaubst, dann wirst du es bald für die Wahrheit halten.“ **Bauen wir doch aus den Steinen, die uns im Weg liegen,**

**Brücken,...Stufen, die uns nach oben führen!** Wie gelingt das? Uwe Böschmeyer führt dazu aus: „Mensch, der du ein Mensch bist, besinne dich auf das, was du bist: Kein nur von den Genen, der Erziehung, der Mitwelt abhängiges Wesen, sondern ein Mensch, der die Fähigkeit in sich trägt, sich nach dem Besten im Leben auszurichten: der Freiheit, der Liebe, dem Glauben an eine sinnvolle Welt.“



Menschen, die an Gott glauben können, haben es leichter, den Weg der Liebe zu gehen. Sie wissen, dass sie selbst stets in dem Bewusstsein leben dürfen: Ich bin geliebt. Gott, der die Liebe ist, liebt mich und jeden von uns. (Das ist gewiss und davon bin ich überzeugt. Ich persönlich bin katholisch gläubig, ja, in dem Sinn christlich gläubig, dass ich an diesen Gott der Liebe glaube.) Sich selbst geliebt zu wissen hilft uns, für die Liebe fähig zu werden, mit der Liebe beginnen zu können – unabhängig davon, was uns begegnet.

Ich bitte Sie an dieser Stelle, nicht auszusteigen, wenn Sie nicht glauben können oder wollen. Die Wissenschaft sagt uns, der Sinn-Weg mit Gott ist kein anderer Weg in dieser Welt als der Weg ohne Gott. Der Sinngrund, auf dem Leben entsteht, bleibt für alle Menschen der gleiche. Der Lebenssinn ist – mit und ohne Gott – derselbe. Ich sage mit meiner obigen Bemerkung einzig: Wer glaubt und sich von Gott, der die Liebe ist, geliebt fühlt, hat es leichter, im Innern vertrauend und somit aktiv leben zu können.

Wenn Sie die Frage interessiert „**Gibt es Gott?**“ oder „**Ist auf Gott Verlass?**“, bitte ich Sie, auf [www.kirche.or.at](http://www.kirche.or.at) zu klicken und zwar zu „Horizonte des Glaubens“.

## *Worin besteht Liebe?*



Wir kennen Liebe als Gefühl. Doch **Liebe ist mehr als Gefühl**. Sie ist ein dem Gegenüber in seinem Menschsein Gerechtworden, und zwar in seinem Menschsein – so wie er ist, mit all seinen Verletzungen, Stärken und Schwächen! Und das gilt für alle Menschen. Die Liebe ist nichts Nebuloses, nicht Harmoniesucht, die alles unter den Teppich kehrt. Echte Liebe hat als Kern Gerechtigkeit, die Ausgleich und so „die Nächstenliebe der Weisen“ ist. (Gottfried W. v. Leibnitz) Je nach Situation gilt es **solidarisch** zu sein, **tolerant**, **gewaltlos**, **barmherzig**, **gütig**. Liebe ist als zuinnerst *leidenschaftliches Engagement für Mensch (und Geschöpf)* zu sehen, wobei sich Freiheit und Liebe bedingen.

Liebe ist – mit Andrea Schwarz gesprochen – „absichtslos und zweckfrei. Sie will nicht die Stillung der eigenen Bedürfnisse, sondern will das Wohlergehen des anderen. Liebe will zum Leben und zur Lebendigkeit anstiften und den anderen zu seinem wahren Menschsein befreien – und ihn nicht zu dem umbiegen, wie ich ihn gerne hätte. Liebe hofft und vertraut, lässt los und birgt, schenkt her und lässt sich beschenken. Sie liebt nicht, um etwas zurück zu bekommen, um selbst besser da zu stehen, um etwas zu erreichen. Sie verführt und manipuliert nicht, sie gebraucht und verzweckt den anderen nicht. Sie macht frei und fesselt nicht. Liebt einander – das heißt berührbar werden für den anderen. Das heißt, meine Mauern einzureißen – und die Mauern der anderen weg zu lieben.“ Vera Novelli fügt hinzu: „Echte Liebe ist entgegen dem Sprichwort niemals ‚blind‘. Im Gegenteil: Sie sieht den anderen klar und deutlich – und liebt ihn dennoch!“

Wenn ich liebe, ist es wichtig: den anderen zu lieben wie mich selbst. Es geht dabei darum, die eigene Mitte nicht zu verlieren, in Balance zu bleiben. Gleichzeitig aber geht es darum,



allen die Liebe in gleicher Weise angedeihen zu lassen. Alle sind unsere Brüder und Schwestern. **Diese umfassende Liebe ist das Einzige, das in diesem Leben Sinn stiftet.**

Durch das Lieben erfahren wir „Identität“. „Identität haben“ bedeutet, ganz bei sich zu sein, „Mut zu haben. Stehvermögen zu wagen. **Es ist wichtig zu begreifen, dass es für den freien Menschen diesen Wert gibt, der gelebt werden will, die Liebe. Dann aber, wenn wir sie leben, begreifen wir, dass sie stärker ist als alles, was uns kleinzumachen droht, dass nichts unsere Seele so ausfüllt wie sie, dass nichts und niemand Menschen so leicht zusammenführt wie sie. Wenn wir lieben, verspüren wir eine liebevolle Verantwortung für diese Welt, nicht nur für Menschen, auch für das Leben überhaupt in seinen vielfältigen Erscheinungsformen: für die Berge und Flüsse, für die Wälder und Wiesen, für die Tiere und Pflanzen, für das Klima und all das, was es begünstigen könnte. **Liebe ist die stärkste Macht im Leben überhaupt, der einzige Wert, auf dessen Realisierung wir nicht verzichten dürfen.****“ (Uwe Böschmeyer)



Der Weg zur inneren Mitte  
ist ein Weg zur Kraft.

Der Weg aus der Mitte heraus  
ist der Weg der Liebe.

### ***Liebe braucht Mut und Zivilcourage***

Allen Menschen Liebe zu schenken, auch den Randgruppen, den Flüchtlingen,...braucht (häufig) **Mut und Zivilcourage**. Kurt Tucholski formulierte in diesem Zusammenhang: „Nichts ist schwerer und nichts erfordert mehr Charakter als sich im offenen Gegensatz zu seiner Zeit zu befinden und laut zu sagen: Nein!“ Nein zu sagen zu Ab- und Ausgrenzung! Selbstverständlich eckt der, der „seinen eigenen Weg geht, an. Konformistisch lebende Zeitgenossen wehren sich gegen ihn, weil er sie an ihre eigene nicht gelebte Freiheit erinnert.... Nun, gänzlich unabhängig werden wir zwar von dem, was andere Menschen über uns äußern und was sie von uns halten nie, denn wir sind soziale Wesen. **Wer jedoch**

emotional zu stark vom Urteil anderer abhängig ist, leidet, weil seine Abhängigkeit Folgen hat: Wie viele Stunden, wie viele Nächte, wie viele Gespräche, wie viele Gedanken kreisen darum, was die oder der andere gedacht, gesagt, nicht gesagt, bemerkt, zwischen den Zeilen angedeutet oder tatsächlich geäußert haben könnte. Wie viel Unsicherheit und Unfreiheit ist das Produkt von Annahmen, Vermutungen, Ahnungen. Wie viel Bitterkeit, die vielleicht das ganze Leben bestimmt, ist die Folge der Abhängigkeit vom Urteil anderer Menschen. Die Angst vor dem Urteil der Menschen ist eine der schlimmsten Geißeln der Menschheit.“ (Uwe Böschmeyer)

„Manchmal ist ein klares und kraftvolles ‚Scheiß drauf! ein effektiverer Weg, mit deinen Selbstzweifeln und Gegenargumenten umzugehen. Scheiß drauf!!... Wenn du das nächste Mal Angst hast voll und ganz zu deiner Wahrheit zu stehen, erinnere dich daran, dass du sterben wirst, und zwar allein. Keiner der Menschen, vor denen du gekuscht und dich verbogen hast, wird dann bei dir sein und dir auf die Schulter klopfen, weil du so nett und angepasst gelebt hast. Du wirst allein sein und dir für jede Sekunde deines Lebens, in der du dich verleugnet hast, vor Wut in den Hintern beißen. Willst du das?“ so drastisch formuliert Veit Lindau. Es geht darum, immer freier zu werden! Weshalb? Weil Freiheit zuinnerst dem Wesen des Menschen entspricht und deshalb Sinn macht. Freiheit macht uns liebesfähig! **Nehmen wir das, was Menschen sagen, nicht so ernst! Häufig hängt das Ernstnehmen damit zusammen, dass wir Menschen idealisieren. Holen wir sie vom Sockel und sehen wir in ihnen das bedürftige Kind, das nach Liebe und Aufmerksamkeit schreit.** Formulieren wir Verletzendes in Freude um! Umformulierung hilft! Wir sind nicht für das zuständig, was andere äußern – auch sagen Menschen damit mehr über sich selbst als über uns. **Wir sind einzig für uns selbst zuständig!** Auch in verletzenden Situationen in unserem Innern bei der Liebe bleiben zu können, macht uns ausgeglichen und glücklich. **Seien wir sicher: Alles, was wir erleben, hat seinen Sinn, auch wenn wir ihn nicht unmittelbar sehen.** Wenn du alles gibst, wirst du gewinnen! Das machtvollste und heilsamste Tun ist es, sich selbst und der ganzen Schöpfung wohlwollend und freundlich zu begegnen.

### *Störfall Freiheit*

*Wenn einer von uns wirklich frei ist,  
frei zu leben und frei zu sterben,  
dann ist er ein Störfall im System.*

*Vor dem fürchtet sich die ganze Menschheit.*

*Eigentlich sollte er sofort entsorgt werden,  
wie Jesus, Gandhi, Romero, King oder Mandela.*

R. Federsel

Wenn wir diese Zeilen lesen, geht es uns auf: Sie alle, Jesus, Gandhi, Romero, King und Mandela, diese großen Namen, die die Geschichte überdauerten, stehen für ein Leben mit Zivilcourage, stehen für ein Leben in Liebe, deren Zentrum Gerechtigkeit war und ist. Nehmen wir sie uns zum Vorbild!

Reinhard Mey greift in seinem Lied „Gegen den Wind“ die Thematik der Zivilcourage auf und formuliert für sein Kind, das sich ins Leben aufgemacht hat:

*„...nur ein Weg führt aus dem Teufelskreise, der Weg gegen den Wind!*

*Gegen den Wind! Gegen den Strom, gegen den Wind, gegen den Geist der Zeit, gegen die Dummheit, mein Kind! Nur ein Querdenker, ein Freigeist findet aus dem Labyrinth. Fliegen kannst Du nur gegen den Wind....*

*Nur Menschen, die funktionieren, kann man verbiegen und verdrehen, kriegt man zum Gleichschritt marschieren und blind in den Abgrund zu gehen.*

*Und wenn sich alle arrangieren ohne Widerspruch und stumm, mitlaufen und parieren, dann steh Du auf und dreh Dich um!*

*Gegen den Wind! Gegen den Strom, gegen den Wind, gegen den Geist der Zeit, gegen die Dummheit, mein Kind! Nur ein Querdenker, ein Freigeist findet aus dem Labyrinth. Fliegen kannst Du nur gegen den Wind....“*



Lassen Sie mich im Zusammenhang mit der Frage nach dem Lebenssinn noch kurz einen Blick auf die Logotherapie (und Existenzanalyse) werfen, deren Zentrum der „Wille zum Sinn“ ist. Viktor Frankl spricht von der „Trotzmacht der Seele“.

„Wenn ich mich“ , sagt er, „z. B. daran erinnere, wie mir ein Vorarbeiter (also ein Nicht-Häftling, im KZ) eines Tages verstohlen ein kleines Stück Brot reichte, dann erinnere ich mich auch daran, dass es bei weitem nicht dieses Stück Brot als materielles Etwas war, das mich damals buchstäblich zu Tränen rührte; sondern es war das menschliche Etwas, das dieser Mann mir damals gab, und das menschliche Wort sowie der menschliche Blick, der die Gabe begleitete.“ (Viktor Frankl, 2002, S. 138) Und Frankl konstatiert, „dass es eigentlich nie und nimmer darauf ankommt, was wir vom Leben noch zu erwarten haben, vielmehr lediglich darauf: was das Leben von uns erwartet!“ (ebd., S. 125) **Nun, es erwartet letztlich, uns zu einem liebenden Menschen zu entwickeln, ein liebender Mensch zu sein!** Und Viktor Frankl konstatiert: „Menschen vergessen, dass oft gerade eine außergewöhnlich schwierige äußere Situation dem Menschen Gelegenheit gibt, innerlich über sich selbst hinaus zu wachsen.“ (ebd., S. 117) Dies gilt auch in Bezug auf eine schwierige Kindheit!

#### LIEBE!

Liebe dich selbst  
und in dir die ganze Welt.  
Alles was du brauchst zum Glück  
ist längst schon da  
in dir.  
Vergessen, versteckt und verstaubt.  
Liebevoller Hinwendung zu dir  
macht dich frei für deinen Nächsten.

nach Rupert Federsel

Ich wünsche Ihnen auf Ihrem Weg aus ganzem Herzen Erfüllung. Natürlich wird dieser Weg nicht schmerzfrei sein, doch zu lieben ist und bleibt der Sinn-Weg unseres Lebens. Auf diesem Weg werden Ihnen Flügel wachsen!

Fragen können Sie mir gerne mailen: [office@erzwiss.at](mailto:office@erzwiss.at)

Noch einmal, wenn es Sie interessiert: Über den **Link „[www.moral.or.at](http://www.moral.or.at)“** finden Sie die Entwicklung des Menschen vom Gehorsam des Kindes zum freien, autonomen Menschen

dargestellt. Diese Entwicklung zu kennen, kann helfen, **uns zu einem Individuum mit Zivilcourage und leidenschaftlicher Liebe zu entwickeln.**

**Spann deine Schwingen, flieg Ikarus!  
Nicht das Gelingen, nur der Versuch zählt am Schluss!**

(Wilfried)

