



Foto: Christian Jungwirth

SEHNSUCHT

FREUDE ERLEBEN, URVERTRAUEN STÄRKEN, SPIRITUALITÄT ERFAHREN

Text: CHRISTOPH SCHLICK

Welchen Sinn macht denn das alles? Sich ständig überbietende Negativ-Schlagzeilen aus Kriegs- und Krisengebieten, eine scheinbar nicht enden wollende Verunsicherung durch neue Krankheiten, eine Veränderung des Klimas, die inzwischen auch bei uns deutlich spürbar ist und noch vieles mehr, lassen Angst und Zweifel wachsen. Woher kommt da noch Sicherheit?

Auch ich selbst habe schon viel Veränderung und Verunsicherung, ja man könnte sagen Krisen in meinem Leben durchlebt. Trotzdem, oder gerade deshalb, habe ich in einem meiner Bücher die Sätze geschrieben:

„Wir lieben das Leben! Aber wenn wir entdecken, dass das Leben noch viel mehr uns liebt, dann verändert sich plötzlich die Perspektive. Ich bin überzeugt davon, dass das Leben es gut mit uns meint.“

Immer wieder werde ich gefragt, wie ich denn, angesichts der Welt wie sie

gerade ist, solch eine Aussage tätigen kann, woher ich diese Überzeugung denn nähme?

In uns allen steckt ein Göttlicher Funke, der unser Wesen lebendig hält

In uns gibt es einen immer gesunden Kern, mögen wir ihn Geist oder Seele, Göttlicher Funke oder sonst wie nennen, der eine ungemeine Sehnsucht nach Leben, nach Freude, nach Liebe, ja nach Sinn hat. Das Wesentliche in uns ist immer gesund, auch wenn es manchmal versteckt und blockiert sein mag. Dieser Kern, die Glut in diesem Kern, erlischt nie solange wir in dieser Welt leben! Dieser Kern, diese Sehnsucht, bekommt seine Kraft aus dem, was wir Urvertrauen nennen können, aus der vertrauensvollen Beziehung zu unserem Ursprung, aus dem Geist, der uns eingehaucht ist.

Dieser Kern will sich entfalten, will

lebendig sein, will in Beziehung gehen, zu Menschen, zu Aufgaben, zur Welt und nicht zuletzt zu seinem Ursprung. Im Tun und im Erleben der Welt ist unser Wesen lebendig. In der Freude am Leben wächst es und blüht es auf. In der Liebe reift es und bringt es Frucht. In der Beziehung aus seinem Ursprung und hin zu diesem Ursprung entfaltet sich das, was ich Spiritualität nennen möchte: Ein lebendiger menschlicher Geist, der aus dem Geist Gottes heraus und auf den Geist Gottes hin lebt.

Heilen durch Sinn, so fasst Viktor Frankl, der Wiener Arzt und Philosoph, der Begründer der Logotherapie und Existenzanalyse seinen Ansatz einmal zusammen.



Foto: ThomasB, www.pixabay.com



Sinnerfahrung beginnt im Kleinen

Foto: Ralphs_Fotos, www.pixabay.com

NACH SINNN

Heil zu sein, ist ein tiefer Wunsch in uns. Doch was bedeutet das? Ich verbinde den Begriff des Heil-Seins gerne mit dem Gedanken des Ganz-Seins. Heil bedeutet für mich nicht so sehr gesund oder vielleicht sogar heilig, sondern viel mehr ausgeglichen, gelassen oder vollkommen. Wenn wir das leben, was uns wichtig ist, wenn wir das tun, was uns entspricht, wenn wir Erfahrungen sammeln, die uns aufbauen, Freude bereiten und zufrieden machen, dann erleben wir unser Dasein als sinnvoll, dann werden wir ganz.

Dankbar sein für das Kleine in unserem Leben führt zur Sinnerfahrung

Sinnerfahrung beginnt nicht im Großen, sondern in den ganz kleinen Momenten unseres Lebens. Wenn wir das Aufblühen der Natur beobachten und dabei die Kraft des Lebens erfahren, wenn wir den Duft und Geschmack eines Stückes Kuchen spüren oder wenn uns der Blick oder die Hand eines geliebten Menschen berührt, dann macht uns das dankbar, erfüllt uns mit Freude, lässt unser oft so gefährdetes Leben plötzlich heil und sinnvoll werden. Wenn wir so Sinn zu erfahren beginnen, wird der in uns lebende Geist wach.

Das Leben meint es gut mit uns

Eine zentrale Verheißung Gottes, in unserem biblischen, christlichen Denken an uns Menschen ist, dass wir in diesem Leben Freude erfahren und dass unsere Freude immer vollkommener werden darf. Gottesbeziehung – oder nennen wir es Spiritualität – ist für mich nichts Fernes oder für Spezialisten Reserviertes. Jede und jeder von uns kann im Erleben von kleinen Sinnerfahrungen, im Verwirklichen von etwas, das ihr oder ihm wirklich wichtig ist, im Pflegen und Erleben von Beziehungen die tiefe



Der Göttliche Funke in uns hat Sehnsucht nach Leben

Foto: Valiphotos, www.pixabay.com

Sehnsucht seines gesunden Kerns, seines Geistes wecken und auch erfüllen. Im Erleben von freudigen Momenten können wir spüren, dass es das Leben gut mit uns meint. In diesen heilenden Momenten verbindet sich unser Geist mit dem Geist Gottes und dem anderer Menschen und wir spüren, was Erlösung, Gnade und liebevolle Zuwendung bewirken und bedeuten können.

Unsere Welt ist nicht heil, aber heil-bar, sagt einmal Viktor Frankl. Gerade in diesen österlichen Tagen dürfen wir das Heil des Lebens, das unseren Tod überwindet, feiern. Sinn liegt nicht im Leid und im Tod, Sinn liegt in der Freude und im Leben. Auch wenn wir in einer manchmal angsterfüllten, kranken, un-heilen Welt leben, unser Geist verbindet sich immer wieder mit dem Geist Gottes. So bekommen wir Mut und Zuversicht und können immer wieder neu unsere Tage gestalten, ja sogar genießen.

*Christoph Schlick
Theologe und Logotherapeut,
Gründer des Instituts für
Logotherapie und Existenzanalyse und
des SinnZENTRUM Salzburg
www.christophschlick.at
www.sinnzentrum.at*