

*„Leben in Fülle und nichts macht mehr Sinn“

Wenn der Drang nach Wachstum neue Ziele braucht

Zu diesem Artikel inspirierte mich ein Popsong. Nicht irgendeiner! Nicht einer, der untergeht in einer Fülle ähnlicher Herzschmerz-Lieder, nicht einer mit Aussagen, wie wir sie schon x-mal hörten. Es ist ein Lied, das das Herz in einer Tiefe erreicht, in der wir uns die existenziellsten Fragen stellen. Ich sehe mich noch vor der Post im Auto sitzen, bereit weiterzufahren. Da kommt „es“ im Autoradio, unverhofft. Und ich sitze da, mir laufen Tränen übers Gesicht und ich denke: „Ja, das ist ein wahres Lied über die Liebe!“

Doch fällt mir auf, dass es inzwischen immer mehr Künstler moderner Unterhaltungsmusik dahin drängt, sich mit tiefer liegenden Lebensfragen zu beschäftigen – und immer öfter, so scheint es mir, gelingt es ihnen, diese auf gute Art umzusetzen. Mit „gut“ meine ich in diesem Zusammenhang, dass sie einerseits mit feinem Gespür Fragen und Probleme aufgreifen, die sich im kollektiven Unbewussten der Gesellschaft verdichtet haben und die Menschen im Inneren bewegen und andererseits, dass sie mit Wort und Ton genau die Wellenlänge treffen, auf der sie besonders viele von ihnen erreichen können. Und immer sind gerade ganz, ganz viele junge Menschen von dieser Mischung von Unterhaltung und Tiefgang angesprochen.

Das Lied, das ich meine, stammt von dem Duo „ICH und ICH“ und hat den Titel: „Du erinnerst mich an Liebe“. (Der Liedtext befindet sich auf der letzten Seite!)

Es wird darin von einem Menschen gesungen, der für den Moment alles erreicht hat, was er im Leben erreichen wollte und nun nichts mehr findet, nachdem er streben könnte. Er gerät in „graue“, depressive Stimmungen mit Gefühlen der Sinnlosigkeit und beginnt, seine weltlichen Ziele völlig in Frage zu stellen.

Er stößt, wie viele andere vor ihm, auf die Liebe als eine tiefere Wirklichkeit und Sinn des Lebens, was ihm neue Horizonte eröffnet. Das Besondere an diesem Lied ist jedoch die Dimension von Liebe, die hier angesprochen wird - weit weg von platten, romantischen Liebesidealen und jenseits vom gewohnten „Ich liebe dich“. Das Lied zeigt, wie die tiefe Nähe mit einem vertrauten Menschen im eigenen Inneren die Erinnerung daran wecken kann, selbst diese Liebe zu sein! - Und doch bietet es keine schnellen, einfachen Lösungen an.

Ebenso erstaunlich ist, wie „ICH und ICH“ mit einfachen Worten eine tiefe, selten wahrgenommene Weisheit in Bezug auf menschliche Beziehungen vermittelt:

Einen Menschen so unmittelbar von Herzen anzusehen, dass wir **wahrnehmen**, was diesen wahrhaftig ausmacht, kann im eigenen Inneren die Erinnerung an die eigene Wahrheit, das tiefste „Sein“ auslösen.

Aber auch die Möglichkeit, die dadurch entsteht, dass sich uns ein Menschen mit dem **zeigt**, wer und wie er wirklich ist, offen und wahrhaftig, kann in uns eine Erinnerung an unsere eigene Wirklichkeit und unsere eigene Liebe anregen.

Die beiden Refrainverse drücken es einfacher und direkter aus:

„ Du erinnerst mich an Liebe.
Ich kann sehen, wer du wirklich bist.
Du erinnerst mich daran, wie es sein kann.“

„Erinner' mich an Liebe!
Zeig mir, wer du wirklich bist!
Erinner' mich daran, wie es sein kann.“

Sich gegenseitig daran zu erinnern, was als stille Wahrheit und tiefer Sinn in uns ruht, ist „Hohe Schule“ menschlichen Miteinanders. Frei von der Projektion unserer Wünsche auf andere, frei von Erwartungen, das Glück oder die Erlösung möge irgendwo von draußen kommen, steht da einfach eine Bitte für das Wesentliche im Raum.

Ist Ihnen schon mal aufgefallen, dass im Wort ‚wesentlich‘ das Wort Wesen enthalten ist? Wenn Menschen einander begegnen, schauen sie dann auf das Wesen des anderen? Richtet sich ihr innerer Blick auf das Dauerhafte, Essentielle oder auf das Potential ihres Gegenübers? Hören wir mit unseren inneren Ohren etwas von dem, was die Seele des anderen jenseits der Worte mitteilen möchte?

Genau das ist es, was wir im Umgang mit Kindern und Jugendlichen immer wieder lernen können. Der Blick auf das Wesen, auf das Wesentliche nimmt in Bezug auf junge Menschen noch so offensichtlich das Potential auf dem Weg in die konkrete Entfaltung wahr. Im Kontakt mit ihnen erinnern wir uns daran, dass im Anderen das Leben in Samenform ruht, dessen innere Wahrheit nach immer neuen Ausdrucksmöglichkeiten sucht. Womit mag er oder sie hier in der Welt angetreten sein, mit welchen Fähigkeiten und Lebensschwerpunkten, aber auch mit welchem Zugang zu dem, was wir Sinn nennen?

Die Suche nach dem tieferen Sinn im eigenen Leben, das Streben nach Wachstum und Entfaltung in immer neuen Formen, das Erreichen immer weitergesteckter Ziele scheint ein Grundzug im Wesen des Menschen zu sein.

Ich schreibe diesen Artikel als Mensch, der andere sehen möchte, wie sie „wirklich“ sind und gesehen werden möchte als die, die ich „wirklich“ bin. Ich schreibe diesen Artikel aber auch aus dem Blick heraus, der mir durch meine Arbeit als psychologische Astrologin möglich ist. Sinn zu sehen in allem, was uns das Leben zeigt, verborgenen Ziele und Entwicklungsbögen in dem zu entdecken, was uns durch das Leben entgegenkommt, ist mir persönliches Anliegen wie Beruf.

Darum möchte ich etwas von den Gedanken mit Ihnen teilen, die mir durch meine Erfahrung mit der Astrologie zum Thema Lebenssinn und Lebensziele gekommen sind.

In der Astrologie werden die Kräfte, die uns nach Lebenssinn und nach allgemeinem menschlichen Werten streben lassen, die aber genauso im ganz Profanen jeden Prozess von Wachstum und Ausdehnung in Bewegung bringen, durch den Planeten **Jupiter** symbolisiert.

Leider kann ich mich im Rahmen dieses Artikels nur kurz fassen und einige grundlegende Gedanken mitteilen (was meinem „inneren Jupiter“ sehr schwer fällt – geht es ihm doch um das Vermitteln großer, übergeordneter Zusammenhänge! Können da überhaupt Worte zu viel sein?).

Ob eine Pflanze oder ein Kind sich im körperlichen Wachstum befindet, wir einen Drang nach Wissenserweiterung spüren, uns die Reiselust packt, weil wir neue Horizonte suchen oder unsere geschäftlichen Aktivitäten ausdehnen wollen – immer ist es das Lebensprinzip des Jupiter, das wir wahrnehmen oder leben.

Nach Vollendung des körperlichen Wachstums hört der Mensch nicht auf zu wachsen. Das Jupiterprinzip verlagert sich auf die anderen, weniger offensichtlichen Felder inneren

Wachstums und menschlicher Reife. Natürlich hört auch das Wachstum äußeren Lebens nicht auf und es gibt nicht wenige Menschen, die angesichts fehlender innerer Lebensperspektiven alles daran setzen, im Äußerlichen mehr und mehr Erfüllung zu finden.

Jupiter ist die Kraft, die nach „mehr und mehr“ drängt. Daran ist nichts Verkehrtes. Weiterentwicklung, Evolution ist ein Grundprinzip des Lebens. Niemand wird einem uralten Baum vorwerfen, Jahr für Jahr in seinem Stamm einen weiteren Gewebering gebildet, Wurzelwerk und Zweige um noch einige Zentimeter weiter ausgedehnt zu haben. Das „rechte Maß“ wird im Umgang mit Jupiterkräften ein entscheidender Anhaltspunkt. Doch wer bestimmt, was „recht“ ist? Woher nehmen wir den Maßstab?

Ein noch nicht erwähnter Aspekt der Jupiterkräfte ist das Werten. Wir hören von persönlichen Werten, von gesellschaftlich anerkannten Werten oder allgemein menschlichen Werten. Sogar das Wort „Unwert“ ist im Umlauf. Dabei beginnt alles in unserem eigenen Inneren. Wir machen Erfahrungen und ziehen aus unserem Befinden mit diesen Erfahrungen Schlüsse. Wir erleben diese als wertvoll, wenn sie uns bereichern, unterstützen, uns weiterbringen, mit Sinn erfüllen oder wenn uns einfach wohl damit ist.

Wir suchen diese für uns wertvollen Erfahrungen zu wiederholen oder auszubauen – und wir ziehen Schlüsse aus unseren eigenen Erlebnissen sowie aus denen unserer nahen Mitmenschen. Daraus ergeben sich übergeordnete Werte, die offenbar viele Menschen gemeinsam haben. Je mehr Menschen sich in einem Wert treffen, desto eher wird von einem allgemeinmenschlichen Wert gesprochen. Aus einem subjektiven Maßstab wird ein objektiver.

Und doch liegt die wichtigste Orientierung im eigenen inneren Zugang zu dem, was für uns persönlich Sinn macht und uns Wert gibt. Wonach strebe ich für mich? Welche Ziele habe ich für mich als Mensch? Wohin will ich mit meiner Entwicklung? Welchen übergeordneten, ethischen Werten schließe ich mich an? Möchte ich mich über meine persönlichen Ziele hinaus als Teil einer größeren Gemeinschaft für deren Weiterentwicklung einsetzen? Welchen Grad an Wertschätzung gebe ich mir selbst und wird mein Wert von anderen bestärkt oder abgeschwächt?

Henning Köhler beschreibt in seinem Buch: „Schwierige Kinder gibt es nicht“ (4.Kapitel, S.36, 37) die Licht- und Schattenseite von Jupiterkräften im menschlichen Miteinander. Es geht um die Unterscheidung zwischen der Auswirkung eines „**bewertenden Blicks**“ und eines „**werterkennenden Blicks**“ in der Erziehung und der Begleitung sogenannt „schwieriger Kinder“. In beiden Blicken ist der Umgang mit Werten und Wertungen enthalten.

Mit dem „**bewertenden Blick**“ mindern wir aus einer abwertenden Haltung heraus den Wert unseres Gegenübers, weil sein Verhalten oder seine Art zu sein nicht mit unseren inneren Wertmaßstäben übereinstimmt. Wir stellen diese über den anderen, um unser eigenes Wertgefühl zu erhalten. Wir setzen unseren analytischen Verstand dafür ein, unsere Werte zu begründen und auszubauen. Dabei geht es eigentlich um uns, um die eigene Orientierung. Der Blick ist, ohne es zu merken, in Eigenrichtung verrutscht. Der andere wird nicht mehr gesehen, obwohl unsere Augen auf ihm ruhen – welch ein Schmerz für das Gegenüber – ob Kind oder Erwachsener! Im Wertekatalog des anderen verloren gegangen!

Ganz anders erleben wir einen Menschen, der uns mit „**werterkennendem Blick**“ betrachtet. Er kann für einen Moment seine inneren Wertmaßstäbe ruhen lassen und zum Gegenüber hinschauen, hinausschauen. Der „**werterkennende Blick**“ hält Ausschau nach dem, was das

andere Wesen ausmacht, welchen Wert dieses Wesen mit seiner Einzigartigkeit und damit auch seiner Fremdheit mitbringt. Welche Werte möchte es stimmiger Weise aus dieser seiner Eigenart in die Welt tragen?

Das Kind ebenso wie das erwachsene Gegenüber fühlt sich als das Gesehene und Angenommene, was es ist. Der eigene Wert wurde erkannt. Allein das kann heilen - so Köhler. „Du erinnerst mich an Liebe. Ich kann sehen, wer du wirklich bist. Du erinnerst mich daran, wie es sein kann.“ – so das Lied von „ICH und ICH“.

Dies trägt unmittelbar zur Heilung des Gesehenen **und** des Sehenden bei !

Lebenssinnkrisen beinhalten immer ein Anstoßen an die Grenzen unserer Wertsysteme. Sinnlos erscheint, was außerhalb dessen liegt, auch wenn sich das Gewohnte offensichtlich erschöpft hat. Immer dann besteht die Herausforderung, uns zu erweitern, den Blick auf neue Horizonte zu richten, umfassender zu werden in dem, was uns sinn- und wertvoll erscheint. Dies, wie die beiden Sänger in ihrem Lied beschreiben, in einer Zeit zu tun, wo ein Höhepunkt erreicht ist und es in der gleichen Richtung nicht mehr weitergeht, gehört zum „Sinn“ einer Sinnkrise und ist Erfüllung des Jupiterprinzips in unserem Leben.

Für ein Jahr (seit 6. Januar 2009 bis 19. Januar 2010) steht der Planet Jupiter im Zeichen des Wassermanns. Die Kräftekombination von Jupiter mit diesem Zeichen und dem dazu gehörigen Planeten Uranus, wollen unseren Horizont und unsere Wertsysteme persönlich wie gesellschaftlich radikal erweitern. Jeder Rest kleinlichen Standesdünkels, hierarchischen Denkens oder Einordnung in konventionelle Wertkategorien wollen gesprengt werden. Der „werterkennende Blick“ ist gefragt wie nie zuvor! Nur eine Anerkennung des Wertes jedes Individuums in seiner Originalität und das Sich-Ansehen in vollständiger Gleichwertigkeit mit Wissen um die Verschiedenheit, mit der sich die Schöpfung durch jeden einzelnen ausdrückt, kann dem Streben eines „Jupiter in Wassermann“ wirklich gerecht werden. Lassen wir uns davon inspirieren.

Gerade im Zusammenhang mit jungen Menschen wird oft von Gefühlen der Sinnlosigkeit und fehlender Lebensperspektive gesprochen. Wenn es im Leben eines jeden Kindes oder Jugendlichen auch nur einige Menschen gibt, die ihm mit diesem Blick wahrer Wertschätzung begegnen und auch sich selbst im Kern wertschätzen können, ist bereits eine bedeutende Lebensperspektive gegeben. Junge Menschen zu ermutigen, ihren eigenen Idealen treu zu sein ohne sich damit über andere zu stellen und ihre Sicht auf das Leben beständig zu erweitern, gibt die Grundlage dafür, notwendige Sinnkrisen gestärkt zu durchleben, um danach zu einem umfassenderen, neuen Blick auf das Leben zu finden, - auch das in „werterkennender“ Weise, denn auch jede Lebenssituation trägt einen Wert in sich, der entdeckt werden will.

Dazu erst Albert Schweizer: „Zu gern gefallen sich die Erwachsenen in dem traurigen Amt, die Jugend darauf vorzubereiten, dass sie einmal das meiste von dem, was ihr jetzt das Herz und den Sinn erhebt, als Illusion ansehen wird. Die tiefere Lebenserfahrung aber redet anders zu der Unerfahrenheit. Sie beschwört die Jugend, die Gedanken, die sie begeistern, durch das ganze Leben hindurch festhalten zu wollen. Im Jugendidealismus erschaut der Mensch die Wahrheit. In ihm besitzt er einen Reichtum, den er gegen nichts eintauschen soll.“

(aus dem Buch: Die Ehrfurcht vor dem Leben, S. 51, 52)

Und dann aus der heutigen Zeit eine moderne Stimme: „ICH und ICH“ mit dem Lied:

„Du erinnerst mich an Liebe“ von „ICH und ICH“

Wenn meine Seele grau ist, nichts macht mehr Sinn.
Ich bin ganz oben und ich weiß nicht mehr wohin ich gehen soll, hmhhh.
Wo viele Schatten sind da ist auch Licht.
Ich laufe zu dir, ich vergess' dich nicht.
Du kennst mich und mein wahres Gesicht.

Du erinnerst mich an Liebe.
Ich kann sehen, wer du wirklich bist.
Du erinnerst mich daran, wie es sein kann.

Wozu der ganze Kampf um Macht und Geld?
Was soll ich sammeln hier auf dieser Welt?
Wenn ich doch gehen muss, wenn mein Tag gekommen ist.
Wenn meine inn're Stimme zu mir spricht, ich bin taub und hör sie nicht,
Dann schau mich an und halte mich.

Erinner' mich an Liebe!
Zeig mir, wer du wirklich bist!
Erinner' mich daran, wie es sein kann.

Da ist ein Weg soweit, endet in Unendlichkeit.
Da ist ein Fluss, lang und schön, ich kann das Ende nicht sehn.
Ich kann das Ende nicht sehn.

Du erinnerst mich an Liebe.
Ich kann sehen, wer du wirklich bist.
Du erinnerst mich daran, wie es sein kann.

Erinner' mich an Liebe!
Zeig mir, wer du wirklich bist!
Erinner' mich daran, wie es sein kann -

Wenn meine Seele grau ist, nichts macht mehr Sinn.
Ich bin ganz oben und weiß nicht mehr wohin ich gehen soll.

Verfasserin: **Sibylle Koops**, psychologische Astrologin, Psychotherapeutin nach dem deutschen Heilpraktikergesetz, Prozessbegleitung mit Psychosynthese, Alternativpädagogin (weitere Informationen unter www.sibyllekoops.ch)