

# Den Sinn des Lebens finden

Über den Sinn des Lebens zu sprechen bzw. darüber zu sprechen, den Sinn des Lebens zu finden ist ein ziemlich tiefgehendes Thema und faszinierendes zugleich, das ich seitdem ich Philosophie in der Schule hatte liebe. In diesem Video zeige ich dir ein paar praktische Ratschläge die ich über den Sinn des Lebens habe und wie du deinen Sinn des Lebens finden kannst.

Wie das zusammenhängt, wie das dein tägliches Leben beeinflusst, wie ich denke, dass es sollte. Und natürlich ist das ein kontroverses Thema und unterschiedliche Menschen haben unterschiedlichen Meinungen dazu. Ich werde dir die Idee zum Sinn des Lebens mitteilen und das ist ein wirklich tiefgehendes Konzept. Der Sinn des Lebens ist, dass es keinen Sinn gibt :). Ich sage das nicht leichtfertig. Ich habe darüber lange Zeit nachgedacht und studiert. Tatsache ist, dass das Leben und die Realität neutral sind, nicht wahr? Wir müssen verstehen, dass es eine externe Welt gibt und dann haben wir eine interne Welt - das was in unseren Köpfen passiert. Die Bedeutung von allem entsteht nur in unserem Kopf. Es existiert nicht in der externen Welt.

Und das gleiche ist bei anderen menschlichen Konditionierungen wie zum Beispiel Zufriedenheit, Trauer, Depression, Selbstbewusstsein, Furcht, Angst, Stress, Schuld. Jede Art von Emotion und jede Art von Bedeutung die mit etwas im Leben verbunden ist, existiert nur in unserem Kopf. Das ist der einzige Ort wo es existiert. Es gibt also objektiv keinen Sinn im Lebens. Es ist letztlich das was du daraus machst. Und das erinnert mich an ein Zitat von Henry Ford:

Ob du denkst, dass du es kannst oder du kannst es nicht - in beiden Fällen hast du recht.

Es ist eine Art selbsterfüllende Prophezeiung. Was auch immer du glaubst, dass dein Sinn des Lebens ist, ist auch dein Sinn. Du erschaffst den Sinn. Das heißt, wenn du ein Nihilist (jemand der alle Wertvorstellungen verneint) bist und du denkst, dass es keinen Sinn des Lebens gibt und dass das Leben sinnlos ist, dann ist es das für dich. Und du wirst Recht dabei haben.

Und wenn du denkst, dass dein Sinn des Lebens ist, da raus zu gehen und etwas zu schaffen, eine Familie zu gründen, etwas zu hinterlassen, einen Beitrag zur Gesellschaft zu leisten, zu entdecken, zu verstehen, das Leben zu verstehen, einen Haufen Bücher zu lesen, die Welt zu bereisen -egal, dann ist das dein Sinn des Lebens. Und das ist so ziemlich alles dazu.

Denn hier ist die Sache, wie Buddhisten zu sagen pflegen, die Realität ist so ziemlich neutral für deine Wünsche. Sie ist neutral. Wir leben in einer Welt die ziemlich konsistent damit ist. Das heißt, dass die Menschen tun und lassen können was sie wollen, glauben können was sie wollen und es nichts gibt was sie davon abhält.

Ich kann glauben was ich will und wenn ich glaube, dass ich stark bin, dann ist das meine Wirklichkeit.

Sicherlich kann ich nicht glauben, dass ich fliegen kann. Das wird nicht passieren. Das widerspricht den Gesetzen der Physik. Aber der Sinn des Lebens funktioniert so nicht. Er ist in deinem Kopf, es ist nicht physisch und kann gegen irgendetwas stoßen wie beispielsweise eine Wand.

## **Den Sinn des Lebens finden bzw. was ist der Sinn des Lebens für dich?**

Wenn du den Sinn des Lebens finden willst, habe ich eine (vielleicht ernüchternde) Antwort für dich:

Der Sinn des Lebens ist das, was auch immer du fühlst, dass der Sinn des Lebens ist.

Und obwohl ich sage, dass es keinen Sinn des Lebens gibt, heißt es noch lange nicht, dass mein Leben ohne Sinn ist. Ich denke, dass ich sinnetriebener bin, auch wenn ich glaube, dass es keinen fundamentalen Sinn gibt, als die meisten anderen Menschen da draußen. Denn ich habe beispielsweise das Gefühl, dass das Leben kurz ist. Ich fühle obwohl ich einen Sinn im Leben habe, verstehe ich, dass das einer der unendlichen vielen ist und ich sage, dass es mein Sinn des Lebens ist und mein Sinn ist:

Ich möchte der Beste sein, der ich sein kann. Ich möchte mein Leben gemäß meines höchsten Potenzials leben, ich möchte großartig sein, ich möchte gemäß meiner Werte leben, ich möchte die Schönheit ehren, die Wahrheit und ich möchte das Leben verstehen, es genießen und inspiriert zu sein .

Ein weiterer Sinn des Lebens für mich ist es, mein Bewusstsein dazu zu nutzen, um das Leben zu verstehen. Denn ich habe das Gefühl, dass wir einer der wenigen Organismen sind, vielleicht im ganzen Universum aber zumindest auf der Erde soweit wir wissen, die über ein Bewusstsein verfügen. Das heißt, dass wir tatsächlich in der Lage sind das Universum zu verstehen.

Es ist irgendwie eine coole Idee, dass wir ein Teil des Universums sind. Das ist so als würde das Universum sich selbst verstehen. Und ich habe das Gefühl, dass hier etwas heilig, geistliches ist. Nicht objektiv heilig aber subjektiv. Für mich hat es eine Bedeutung das Universum zu verstehen.

Es ist genial, dass wir als Menschen verstehen wie Schwerkraft funktioniert, wir verstehen was Auftrieb ist, wir verstehen Mathematik, wir verstehen die menschliche Psychologie. Wir verstehen wie all diese Dinge funktionieren. Wir haben all diese Informationen, dieses Wissen und es ist großartig, dass wir Teil dieser Realität sind.

Wir haben nicht mal eine gute Definition dafür was Realität wirklich ist. Wir verstehen es nicht einmal, aber wir verstehen Teile davon. Und für mich ist dieser Prozess des Verstehens ein Ende an sich. Und dann natürlich noch das Leben selbst zu erfahren.

Ich denke, dass jeder lebende Organismus ebenso das Privileg eines Bewusstseins hat. Nicht so sehr das analytische Bewusstsein das nur Menschen haben. Aber ein empirisches Bewusstsein, dass alle Tiere und Organismen zu einem bestimmten Grad haben. Selbst Bakterien haben ein bestimmtes Bewusstsein wie beispielsweise kann es Dinge fühlen, gewissen Empfindungen registrieren. Genauso ist es bei Insekten, Vögeln, den Säugetieren etc.

Und so können wir die Reichhaltigkeit im Leben wahrnehmen. Wir können sie sehen, wir können sie riechen, fühlen, wir können die Welt bereisen und all diese Dinge erfahren. Und für mich zu sterben und nicht so viel mitgenommen zu haben wie wir konnten, nicht so viel wie möglich über die Welt zu verstehen als möglich gewesen wäre, ist eine große Verschwendung für mich.

Ich sage nicht, dass das tatsächlich wahr ist. Ich denke, wenn ich es wollte, könnte ich es auch vollkommen rechtfertigen nur auf der Couch zu sitzen und nichts in meinem Leben zu tun. Und das wäre in gewisser Weise mein Sinn des Lebens. Das wäre dann der Weg den ich gewählt hätte.

## **Wie die Azteken ihren Sinn im Leben gefunden haben**

Die Azteken hatten einen einfachen Weg, wie sie ihren Sinn des Lebens finden konnten. Und Carlos Castaneda hat dazu ein großartige Geschichte. Er spricht über aztektische Krieger und er spricht darüber wie in den alten aztekischen Traditionen der Shamane oder Mediziner die Krieger trainieren würde.

Und diese Krieger wären anders als die anderen Stammesmitglieder. Diese Krieger würden einen Sinn des Lebens auswählen und diesem ihr Leben verschreiben. Diese Krieger würden nicht den Sinn des Lebens finden. Nein, sie würden sich diesem Sinn des Lebens verpflichten, dass sie dafür sterben würden. Und das hat ihnen eine Richtung im Leben gegeben, das hat ihnen Zufriedenheit gegeben.

Was so faszinierend daran ist ist, dass er darüber spricht wie ein Krieger seinen Pfad wählt, und obwohl er diesen Pfad mit seinem Herzen wählt und diesem total verpflichtet ist, sodass dieser Pfad der einzige Pfad ist, so als ob dieser Pfad der wichtigste Pfad ist und zur gleichen Zeit realisiert er, dass der Pfad nicht wichtiger ist als irgendein anderer Pfad. Er ist wie jeder andere und jeder Pfad, jeder Sinn des Lebens den du wählst ist richtig, solange es ein Weg ist der von deinem Herzen kommt.

Das ist die ultimative Antwort. Suche nicht nach dem Sinn des Lebens in einem Buch. Das ist dumm. Auch nicht in einem Video. Ich sage dir nicht, was der Sinn des Lebens ist. Ich sage dir letztlich, dass du das für dich selbst herausfinden musst. Was auch immer für dich funktioniert, wird dein Sinn des Lebens sein. Gewissermaßen ist es, dass du das in deinem Herzen findest.

Und verstehe wirklich was das heißt:

Dass wenn es von dir abhängig ist, es wirklich deine Entscheidung ist und du entscheiden kannst, ob du diese Chance verschwendest oder dich dafür entscheidest das Beste aus deinem Leben zu machen.

Daher möchte ich, dass du verstehst, dass wir als Menschen gewisse biologische Bedürfnisse und Neigungen haben. Und eines davon ist das Bedürfnis der Selbstverwirklichung. Was bedeutet gemäß deines vollen Potenzials zu leben.

Abraham Maslow spricht darüber in seiner Bedürfnispyramide, von der du vielleicht schon gehört hast.

Am unteren Ende der Bedürfnispyramide befinden sich die physischen Bedürfnisse wie Essen, Überleben und Unterkunft. Dazwischen kommen dann die Sicherheitsbedürfnisse, die sozialen Bedürfnisse, die individuellen Bedürfnisse und es geht immer weiter nach oben und schließlich spricht er über das höchste Level, das die Selbstverwirklichung ist.

Und was er darüber sagt ist sehr interessant. Er sagt, dass die Selbstverwirklichung ein Bedürfnis ist. Es ist wie ein Vitamin. Du kannst einen Vitaminmangel haben, dann wird dein Körper nicht richtig funktionieren und das gleiche ist bei der Selbstverwirklichung.

Wenn du nicht gemäß deines höchsten Potenzials lebst, nicht gemäß deines höchsten Wertes lebst, gemäß deiner höchsten Vision, nach der du leben könntest, dann wirst du nicht deine außergewöhnliche Stärke als Mensch eintauchen und nutzen können.

Denn du hast die Ressourcen das zu tun, du verfügst über die Psyche das zu tun.

So eigenwillig wie es sich anhört, wir verfügen über diese Möglichkeit und wenn wir nicht zielorientiert sind und wenn wir unseren Sinn des Lebens finden und dann verfolgen und wir nicht ein großartiges Leben leben, dann fühlen wir uns unzufrieden. Und es fängt an deine Seele von innen verfaulen zu lassen. Es fängt an in dir zu nageln, es lässt dich innerlich verrotten.

Das führt zu Mittelmäßigkeit, Bedauern „hätte ich doch mal“, einem schmerzhaften Leben. Willst du das wirklich? Vielleicht willst du es. Vielleicht ist das der richtige Weg für dich. Faul zu sein, nichts zu tun, zu denken, dass du einfach herumsitzen kannst oder zu denken, dass du eine durchschnittliche Existenz hast, indem du einen 9-to-5 Job tust. Dann ist das perfekt.

Und vielleicht ist das der Fall aber ich verspreche dir: selbst wenn du dich diesem Pfad verpflichtet hast, verstehe, dass das ein frustrierender Weg ist den du da bearbeitest. Und ich möchte diesen Weg nicht gehen. Ich habe es. Es zerstört die Seele.

Was du willst, denn du bist ein menschliches Wesen ist, du dieses Bedürfnis nach Selbstverwirklichung hast ist, dass du gemäß deines höchsten Potenzials lebst. Das ist für mich die ultimative Bedeutung, der Sinn des Lebens, die Selbstverwirklichung. Denn ich möchte Menschen helfen das zu schaffen, weil nicht viele Menschen den Mangel den sie an Selbstverwirklichung haben verstehen. Ich denke, dass sehr viele von uns einen Mangel in diesem Bereich unseres Lebens haben, sodass wir unzufrieden sind und nicht einmal wissen warum. Doch du bist anders. Du willst den Sinn des Lebens finden, sonst hättest du dir den Artikel über den Sinn des Lebens bzw. wie du den Sinn des Lebens finden kannst nicht bis hier gelesen.