

Impressum

Digitalisierung: e-Books-Production



Urheberrechte: © 2002 by P. Lauster.

buch aktuell, Seite 22 bis 23

Jede kommerzielle Nutzung und Verbreitung dieser e-Edition ist untersagt und bedarf einer schriftlichen Zustimmung.

Vom Eros der Freiheit

Den Sinn des Lebens zu entdecken, dazu regt der Psychologe und erfolgreiche Sachbuchautor Peter Lauster mit seinem neuen Buch an.

»Es gibt nur einen einzigen Ort auf der Welt – das eigene Selbst in diesem Moment. Aus dieser Nähe zum Selbst, aus dieser Selbstfühlung geht die Seinsfühlung hervor ... Sinnentfaltung ist jetzt, dort bei dir selbst, wo du jetzt stehst, dort geht die Sonne im Westen unter, und früh morgens im Osten geht sie mit neuer Frische auf. Sinnentfaltung ist jetzt, das ist tröstlich und herrlich, es muss auf nichts gewartet werden. Es ist schon alles da. Und es kostet nichts. Du musst nur aus dem Fenster schauen.«

Die Dimensionen dieser Wahrheit möglichst vielen Menschen zu eröffnen, ist seit zwei Jahrzehnten Anliegen des Psychologen Peter Lauster. In seinem Buch »Der Sinn des Lebens« hat die langjährige Erfahrung mit den psychischen Nöten der Menschen sowie seine tiefe Überzeugung von der Schönheit des Lebens ihre bisher eindrucksvollste Form gefunden.

Diktatur des Denkens.

Niemand würde akzeptieren, wenn plötzlich ein Stuhl darüber entscheiden wollte, wann sich ein Mensch zu setzen hat. Mit dem gleichen Unverständnis müssten wir eigentlich auf den Machtanspruch des Denkens reagieren. Doch die meisten Menschen unterwerfen sich in ihrem Arbeits- wie in ihrem Privatleben widerspruchslos der Diktatur des Denkens. Sie lassen sich durch ihr – unzweifelhaft hoch entwickeltes – Leistungswerkzeug Intelligenz manipulieren, normieren und fremdbestimmen. Ja, sie kultivieren eine Art Prüderie der Seele und ihren Gefühlen gegenüber. Diese Abwehr von Gefühlen, so stellt Peter Lauster betroffen fest, richtet sich gegen das Lebendige. Der Mensch distanziert sich selbst und lässt sich von äußeren Sinngewerbern diktieren, was der Sinn seines Lebens sein soll.

Mit dieser Haltung verspielt der Mensch die in ihm angelegten phantastischen Möglichkeiten. Er macht sich abhängig. Von Kindheit an sagen ihm andere, was gut für ihn ist. Erst Eltern und Lehrer, später der Chef, die Freunde und Bekannten, aber auch Religion, Kunst und Werbung. Er hört auf all diese Ratschläge und überhört in dem Lärm, das, was in ihm selbst klingt. Viele Menschen bleiben ein Leben lang taub für die ihnen eigene Stimme. Sie werden gefühllos für das wirkliche Leben – in sich und um sie herum. Es bleibt ihnen versagt, den Sinn *ihres* Lebens zu entdecken und

sich aus innerer Freiheit heraus zu entfalten.

Eros der Gegenwart.

Peter Lauster will sich nicht einreihen in den Chor der Sinnggeber. Er möchte anregen, der eigenen Seele zu lauschen. Denn sie ist der Kern des Lebens, von dort geht alles aus. Nur hier findet der Mensch seine Stabilität. »Freisein, heißt nicht richtungslos zu sein ... Es gibt keine totale Freiheit, es gibt nur die Freiheit, die du selbst bist ... Es gibt eine Ordnung, die aus dir selbst kommt. Diese Ordnung ist anders als das, was wir als Ordnung kennen. An dieser Stelle beginnt der Sinn des Lebens.«

Diesen Sinn kann das Denken nicht verordnen; denn hier wirkt die Ordnung des Lebendigen. In jedem gelebten Augenblick entfaltet sich ihre Kraft. Ein solches Leben ist befreit von Zwängen, Ansprüchen, Erwartungen; es ist voller Liebe. Und Angst, Aggressionen und Unsicherheit verschwinden. Die Kraft aus dem tiefsten Innern des Menschen strömt unaufhörlich, selbst wenn die Seele in einem Kerker von Vorurteilen und Denkblockaden eingesperrt ist. Und manchmal, vielleicht in einem entspannten Augenblick der Stille, ahnen die Menschen etwas von dem Willen zum Leben, der nicht stirbt, solange die Seele lebt. Ein Lichtstrahl fällt durch verbarriadierte Fenster und erzählt von einer hellen, warmen Welt. In solchen Momenten erfüllt die Gehetzten, Bedrängten und Ängstlichen, die Gescheiterten und die Erfolgreichen plötzlich eine tie-

fe Sehnsucht. Sich dann »ein Herz zu nehmen« wie der Volksmund sagt, erfordert Mut: »Die Kraft der Mitte zu fühlen, das ist eines, den Mut haben, aus dieser Mitte heraus zu handeln, ist das andere. Der Sinn des Lebens wird erst erfüllt, wenn Sensitivität und Aktivität sich zu einem Kreis des Lebens schließen.«

In jenen sensitiven Augenblicken, wo die Kraft des Lebendigen an die Oberfläche drängt, wird das Prinzip allen Lebens greifbar. Nur im Hier und Jetzt ist Erleben möglich. Nur das Jetzt *ist*. Das Erleben hat nur eine Zeit: Die Gegenwart. Und nur in der Gegenwart, so macht Peter Lauster nachdrücklich klar, liegt der Sinn des Lebens. Und deshalb warnt er vor jenen »Gegenwartsfressern«, die uns jeden Tag den lebendigen Augenblick zu stehlen versuchen: Das Fernsehen z.B. oder die Grübeleien über Ereignisse, die längst vergangen sind, nervöse Geselligkeit, aber auch die Flucht in große Ideale. Die Zeiträuber hindern den Menschen, sich dem »Eros der Gegenwart« hinzugeben, von dessen Zauber ein Gedicht von Hermann Hesse schwärmt: »Wie Blüten gehn Gedanken auf,/ hundert an jedem Tag -/ Laß Blühen! Laß dem Ding den Lauf!/ Frag nicht nach dem Ertrag!/ Es muss auch Spiel und Unschuld sein/ und Blütenüberfluß,/ sonst wär die Welt uns viel zu klein/ und Leben kein Genuß.«

Revolution aus dem Innern.

Der Zustand der Menschheit wie der Zu-

weiter blättern

stand unserer Umwelt, so konstatiert Peter Lauster, sind erschreckende Indizien dafür, wie weit wir uns von unseren Lebensquellen entfernt haben. Die psychosomatischen Erkrankungen nehmen zu, viele Menschen leiden unter psychischen Störungen. Alltag und Sorgen scheinen nur noch durch harte Abwehrmechanismen erträglich – mit verheerenden Folgen: Der Kontakt zu sich selbst, zum Mitmenschen und erst recht zur geschundenen Natur reißt ab. Lieblosigkeit greift, wie jeder tagtäglich auf der Straße, in Familien, an sich selbst beobachten kann, in beängstigendem Ausmaß um sich. »Liebesunfähigkeit ist,« so Lauster, »die seelische Krankheit unserer Zeit ... Wenn Liebesfähigkeit stirbt, beginnt die Seele zu sterben, danach der Körper, danach die soziale Gemeinschaft, danach das politische System.« Hier wird überdeutlich, in welche Dimensionen der Verlust des Lebens reicht.

Diese Entwicklung, deren Zeuge wir alle sind, aufzuhalten, bedarf es einer Revolution. Aber eine Revolution, wie sie die Geschichte bisher nicht kennt. Eine Revolution, die den Einzelmenschen ernst nimmt, die in den Herzen und Seelen der Menschen stattfindet. Ein Aufbruch ist notwendig, der der Selbstzerstörung Einhalt gebietet. Lauster: »Warte also nicht mehr. Jeder Tag, der vorübergeht, an dem du etwas von außen erwartest, ist ein verlorener Tag ... *Du* musst die Initiative entwickeln. Nimm dein Leben selbst in die Hand, denn keiner kann dir das abnehmen.«

Peter Lauster fordert seine Leser eindringlich auf, jetzt den »pfadlosen Weg der Freiheit« zu betreten und sich endlich dem Abenteuer des eigenen Lebens hinzugeben. Von diesem Abenteuer schreibt er und vermittelt dem Leser eine Ahnung, wie beglückend ein in sich ruhendes Leben ist – und er pflanzt den Keim der Hoffnung, dass der Einzelne zu sich selbst zurückfinden kann. In dieser Hoffnung, die alle Bücher Peter Lausters ausstrahlen, mag ein Geheimnis seines Erfolges liegen. Seine Millionen Leserinnen und Leser lassen sich anrühren, zur Selbstbetrachtung anregen, Mut machen und sich – nicht zuletzt – von jenen phantastischen Möglichkeiten, die in ihnen selbst verborgen ist, wärmen.

Psychologie als »öffentliche« Wissenschaft.

Peter Lauster wuchs in einem kleinen Haus im Hohenloher Land auf, besuchte das Gymnasium und studierte in Tübingen Kunstgeschichte, Psychologie, Philosophie und Anthropologie. Seit seinem zehnten Lebensjahr malt und zeichnet er. Während seiner Studienzeit stellte er erstmals Bilder aus. In Köln gründete er nach dem Studium die »Praxis für psychologische Diagnostik und Beratung«. Gleichzeitig fasste er den Entschluss, als Sachbuchautor die Psychologie zu einer »öffentlichen Wissenschaft« zu machen.

Sein bisher erfolgreichstes Buch: »Die Liebe« (Econ) stand lange auf der »Spie-

gel«-Bestsellerliste. Mit diesem Buch begann Lauster, subjektive Erlebnisse und Erfahrungen in sein Schreiben einzubringen: »Mit zwölf Jahren hatte ich ein Erlebnis der Transparenz und Transformation des Seelischen. Durch Anpassung an die Normen der Gesellschaft ging diese Erfahrung aber leider wieder verloren. Auch das Psychologiestudium konnte daran nichts ändern. Im 39. Lebensjahr wurde ich wiedergeboren, denn diese Transparenz war wieder da. Seitdem schreibe, male und lebe ich nur noch für diese Sensibilität.«

Ende

zum Anfang