

Podcast «Mystik heute» 23. August 2024

Episode 11: Sinn

Intro

Kennst du das auch? Ich bin mitten im Alltag mit irgendetwas beschäftigt, und plötzlich habe ich das Gefühl, dass das Leben noch viel mehr ist, als was ich gerade erlebe...

Oh ja. Etwa wenn ich in den Sternenhimmel blicke und auf einmal die Frage auftaucht, wer ich im Angesicht dieser unendlichen Weiten eigentlich bin.

Ja genau! Oder wenn ich in einem Buch eine Passage lese, die etwas in mir zum Klingen bringt, etwas, das ich vielleicht schon immer gewusst habe, aber nie in Worte fassen konnte.

Meinst du die Frage nach dem Sinn, diese geheimnisvolle Unruhe, die entsteht, wenn die Frage nach dem Warum und Wozu des Daseins kommt? Ich finde das ein super Thema für die heutige Folge unseres Podcasts.

Wir sind Adina Hermes und Bernhard Neuenschwander. Ich studiere Biologie in Bern, und du bist reformierter Pfarrer und Doktor der Theologie. Dein Lebensthema ist die Mystik - in der Meditation, im Studium und in der praktischen Arbeit mit Menschen.

Einstieg

Überlegen wir uns doch einmal, wie die Frage nach dem Sinn in unserem Leben überhaupt auftaucht. Ist das Leben nicht einfach ein Driften, getrieben von Bedürfnissen und dem Drang, diese zu befriedigen? Dann stellt sich die Frage doch überhaupt nicht!

Ja, aus biologischer Sicht ist es das. Aber als Menschen sind wir mehr als Biologie... Wie stellt sich die Frage nach dem Sinn denn bei dir?

Wir Menschen haben ein Bewusstsein von uns selbst und können darüber nachdenken, warum und wozu wir da sind. Bei mir taucht die Frage nach dem Sinn vor allem in Situationen auf, in denen ich etwas als sinnlos, unsinnig oder widersinnig empfinde. Etwa wenn ich mich in Newsportalen über Ereignisse auf dieser Welt informiere und höre, wie Menschen aus purer Bosheit anderen Lebewesen Leid zufügen, oder wenn ich beobachte, wie Menschen ständig die gleichen problematischen Muster wiederholen, obwohl bessere Optionen bekannt sind. Das sind Situationen, in denen mir die Frage auftaucht: Was soll das? Was ist der Sinn von all dem?

Das kann ich gut nachvollziehen. Tatsächlich kommen mir Gedanken nach dem Sinn auch vor allem im Kontrast zu unsinnigen und schwierigen Situationen, selten in sinnerfüllten Momenten.

Biologisch gesehen ist jedenfalls Sinnerfahrung ein Vorteil im Überlebenskampf: Sinnerfüllte Menschen leben gesünder. Sie verstehen ihr Leben als wertvoll und achten deshalb mehr auf ihre Gesundheit. Zudem können sie besser mit Stress und Leid umgehen, was sich positiv auf ihre körperliche Gesundheit auswirkt, etwa durch geringere Entzündungsmarker im Blut. Insgesamt ist ein Leben, das Menschen als sinnerfüllt betrachten, sowohl psychisch als auch körperlich gesundheitsfördernd.

Ein spannender Punkt! Wenn ich etwas als Sinn empfinde, stärkt das meine Lebenstauglichkeit. Das klingt spontan plausibel. Ist Sinn also eine subjektive Angelegenheit? Sinn ist, was ich als Sinn empfinde? Mir wäre lieb, wenn wir zunächst klären würden, was wir meinen, wenn wir von Sinn sprechen.

Ja, das dient auf jeden Fall der Klarheit.

Sinn als Arterhaltung?

Du hast gerade mit dem biologischen Überlebenskampf argumentiert. Gibt es darin biologisch gesehen irgendeinen Sinn?

Biologie ist die Wissenschaft des Lebens. Wenn wir uns also über den Sinn des Lebens unterhalten, müssen wir die biologische Sichtweise einbeziehen. Diese beschreibt den Sinn des Lebens als ständige Fortpflanzung, darauf basierend als Arterhaltung. So kann neues Leben entstehen, und Evolution findet statt.

Sinn also als Arterhaltung. Das impliziert, dass die Fittesten überleben und ihre Gene weitergeben, während die Schwächeren aussortiert werden. Was sich bewährt, kommt in die nächste Runde und treibt die Evolution voran. Aber ist das wirklich der Sinn? Ist Sinn dann noch vom Gesetz des Stärkeren unterscheidbar? Hat das weniger Fitte keinen Sinn?

Ja, genau. Allerdings kann Evolution auch durch Mutationen, also Genveränderungen, eigentlich durch Zufälle stattfinden. Aber ja, letztlich ist es ein brutaler Überlebenskampf.

Ich frage mich auch, ob das wirklich der Sinn ist. Möglicherweise ist Arterhaltung nicht der Sinn, sondern einfach die entscheidende Funktion im Überlebenskampf.

Ich verstehe, dass es naheliegend scheint, Sinn funktional zu verstehen. Eben zB Sinn als das zu sehen, was der Arterhaltung nützt. Aber ehrlich gesagt sträuben sich in mir alle Haare, wenn ich das höre. So haben bereits die Nazi argumentiert, um den Holocaust und all ihre furchtbaren Menschenversuche zu rechtfertigen. Die Zwecke heiligen nicht die Mittel. Sinn ist etwas anderes. Aber damit sind wir bereits mitten in der Ethik...

Sinn als Streben nach dem Guten?

Was ich soeben gesagt habe, ist die biologische Sicht. Aber die Biologie definiert nicht, was gut ist. Das wäre ein naturalistischer Fehlschluss. Es ist ein Privileg des Menschen, sich

ethische Fragen stellen zu können. Dies bedeutet, dass wir nicht einfach das Gesetz des Stärkeren heiligen müssen, sondern dass wir über das Gute nachdenken können.

Da hast du sehr recht. Das Gesetz des Stärkeren, wie es in der Biologie thematisiert wird, ist für mich deshalb so anstössig, weil es mein Empfinden von Fairness mit Füßen tritt. Fairness heisst doch, dass das, was ich für mich in Anspruch nehme, auch für den anderen gilt. Das ist die goldene Regel, wie sie in vielen alten Kulturen bekannt ist und sich auch in *Kants* kategorischem Imperativ spiegelt. Aber das findet in der Natur ja gerade nicht statt. Wenn ich in privilegierten Umständen geboren werde, habe ich Chancen, die ich unter schwierigen Bedingungen nicht habe. Das ist nicht fair. Das Gesetz des Stärkeren setzt sich darüber hinweg. Da kann sich der Stärkere auf Kosten des Schwächeren nehmen, was ihm beliebt.

Immerhin sorgt das Gesetz des Stärkeren dafür, dass die Evolution vorangetrieben wird und sich das Bewährte weiterentwickelt. Aber klar, fair ist das nicht.

Geht man also von der menschlichen Fähigkeit aus, das Gute zu suchen, könnte es doch naheliegend sein, den Sinn des menschlichen Lebens darin zu sehen, dieser mangelnden Fairness der Natur entgegenzuhalten und den Sinn des Lebens im Kampf um Fairness zu erblicken. Zum Schutz des Schwächeren und zur Förderung von Liebe und Weisheit, also Menschlichkeit. Das Gesetz des Stärkeren ist ohne ethische Korrektur unmenschlich. Der Horror des russischen Angriffskriegs in der Ukraine zeigt es. Ebenso die Geschichte des Imperialismus und das Machtgebaren von Autokraten.

In der Natur ist Stärke und Schwäche komplex. Da ist Stärke ist nicht auf körperliche Kraft reduziert, sondern zeigt sich auch in emotionaler Verbundenheit gegenüber dem Schwachen. Es gibt in der Natur spezifische Formen von "Caring"... Bäume leben oft in Gemeinschaften und pflegen alte und verletzte Bäume, indem sie sie über die Wurzeln mit Nährstoffen versorgen. Oder Orkas: Sie sind extrem weit entwickelte Tiere, leben in Familienverbänden und verlassen selten eine Bucht, wenn ein Tier der Familie gestrandet ist. Auch wenn sie selbst dadurch gefährdet sind. Ausserdem kümmern sich Muttertiere ein Leben lang um ihre Kinder. Kommt es zu einem Todesfall, tragen sie die Leiche des Jungtieres tagelang auf ihrer Schnauze mit sich herum und trauern.

Caring kommt in der Natur also durchaus vor, Fairness scheint demgegenüber ein spezifisch menschliches Privileg zu sein. Beides kann im Überlebenskampf der Spezies ein Vorteil sein. Ist also das Ringen um das Gute verstanden als Caring und Fairness der Sinn?

Das klingt zwar gut, aber reduziert Sinn auf Menschen, die sich Gedanken über das Gute machen können. Hat die Evolution dieses Universums, haben Pflanzen und Tiere keinen Sinn?

Eine Möglichkeit wäre, dass ich unterstelle, dass die Evolution aus sich selbst auf ein absolut Gutes zusteuert, den Punkt Omega, wie *Pierre Teilhard de Chardin* sagte. Was sich bewährt, eben das Stärkere - wie auch immer dieses genau definiert werden muss - setzt sich durch und kommt damit dem Guten einen Schritt näher. Aber eine solche Unterstellung ist nicht mehr als eine Behauptung. Wie soll ich wissen, ob sich die Evolution an einem absolut Guten orientiert? Ich kann das relativ Gute suchen, weil das für mein Überleben

nützlich ist. Aber was **das** Gute ist, entzieht sich meiner Einsicht. Ich finde da etwas Bescheidenheit und Vorsicht wichtig.

Ja, wird das Gute verfügbar, wird es rasch ideologisch, und dann sind Selbstgerechtigkeit und Gewalt nicht mehr weit. Das zeigen die Experimente des Sozialismus, des Kommunismus und des Faschismus in der Vergangenheit und der Gegenwart. So etwas kann ich nicht als sinnvoll ansehen. Für mich fühlt sich nicht richtig an, Sinn in Kategorien wie Gut und Böse zu denken. Sinn ist einfach da, wenn er gegeben ist. Aus meiner Sicht ist Sinn nicht bewertbar. Sinn ist weder gut, noch schlecht oder böse.

Das sehe ich auch so. Suche ich den Sinn im ethisch Guten, ist das Risiko hoch, dass ich bereit bin, wieder die Mittel durch den Zweck zu heiligen. Dann kann ich viel Unfairness in Kauf nehmen, Abwertung von Andersdenkenden, vielleicht sogar Gewalt und Krieg, um mein vermeintlich höheres Ziel zu erreichen. So wird in ideologisch linken und rechten Bubbles argumentiert, so argumentieren Autokraten und Terroristen. Das Streben nach dem Guten hat eine Funktion, die nützlich und bedeutsam ist. Aber es ist eben gerade nicht identisch mit dem Streben nach Sinn. Diese Unterscheidung schafft selbstkritische Distanz und hilft vor der Illusion, ich hätte das Gute gepachtet.

Da stehen wir aber vor einem Dilemma: Sinn ist zwar ein Überlebensvorteil. Das ist biologisch klar belegt, doch wir wissen immer noch nicht, was Sinn ist. Die Biologie gibt keine befriedigende Antwort und die Ethik auch nicht. Wie kommen wir da weiter?

Pausenmusik

Ist die Frage nach Sinn überhaupt sinnvoll?

Über dieses Dilemma haben sich schon andere den Kopf zerbrochen. Beispielsweise *Albert Camus*. Menschen streben nach Sinn, obwohl sie wissen, dass sie ihn gar nicht finden können. *Camus* kommt deshalb zum Schluss, dass die existentielle Situation des Menschen absurd ist. Man muss gegen diese Absurdität revoltieren und wie Sisyphos den Stein immer wieder neu den Berg hochschieben, und man soll sich Sisyphos als glücklichen Menschen vorstellen. *In der Absurdität, nicht trotz der Absurdität.* Diese lässt sich nicht beseitigen.

Das klingt zuerst doch ziemlich entmutigend. Aber es gibt sie doch, die sinnerfüllten Momente. Das Leben ist nicht ständig absurd.

Es braucht eine Art Aussenperspektive, um in dem, was ich beobachte, einen Sinn zu sehen. Einen Anflug davon erlebe ich in einem Moment, in welchem ich merke, dass alles zusammenpasst und stimmt. Kann ich eine ungeordnete Menge von Daten, beispielsweise Ereignisse meines Lebens oder Beobachtungen im Rahmen einer Studie, plötzlich überblicken, blitzt in mir ein unmittelbares Sinnempfinden auf. Das ist ein toller Moment.

Oh ja, das kenne ich! Das sind Aha-Erlebnisse, bei denen ich plötzlich Zusammenhänge verstehe. Dies war unter anderem ein Grund, weshalb ich mich dazu

entschieden habe, Biologie zu studieren. Weil die Themengebiete dieses Fachs in mir eine Faszination auslösen.

Ja, ich verstehe dann zwar meine menschliche Froschperspektive besser, werde sie aber nicht wirklich los. Solange ich Teil eines Systems bin, kann ich vielleicht sagen, was wie funktioniert, also was die Bedeutung ist, doch der Sinn des Ganzen bleibt mir verborgen. Geht es um das Leben oder gar das Universum, kann ich nie eine echte Aussenperspektive einnehmen.

Ja. Ich kann nicht nicht Teil des Lebens bzw. der Evolution sein. Auch nicht mit Rationalität und Wissenschaft. Ist also die Frage nach Sinn sinnlos? oder letztlich doch absurd? Oder könnte das der Grund sein, weshalb Menschen Religionen erfunden haben, sozusagen um sich die Illusion einer Aussenperspektive zu geben und Sinn zu finden?

Sinn als theologisches Konstrukt?

Religion hat in ihren verschiedenen Varianten von Religionen über Jahrhunderte genauso funktioniert. Unterstellt man, dass es einen Gott gibt, der gleichsam den Masterplan des Universums in den Händen hält, kann man darin den Sinn suchen.

Aber das ist patriarchales oder zumindest paternalistisches Wunschdenken. Ich finde es äusserst problematisch. Es projiziert menschliche Machtstrukturen auf Gott, die diskriminierend sind und unendlich viel Leid verursachen. Das zeigt auch die Geschichte. So etwas kann doch nicht der Grund von Sinn sein! Zudem hat eine solche Projektion überhaupt keine wissenschaftliche Grundlage.

Ich verstehe und teile deine Kritik. Ein solches mythologisches Gottesbild ist ein Erbe, das in verschiedenen Religionen herumgeistert. So kann man etwa behaupten, Gott führe die Evolution in einen erlösten Endzustand, in ein neues Paradies oder so. Mit einem solchen Mythos lässt sich eine fundamentale Aussenperspektive beschreiben, die den Sinn des Universums garantiert. Das ist seine Stärke. Er bietet eine Erzählung, die trotz der Absurdität des Daseins Sinn gibt.

Das verstehe ich. Wenn wir uns selbst keine Antwort geben können, suchen wir uns halt eine ausserirdische Figur, eine oder mehrere Gottheiten, die dies können. Aber das reicht mir nicht. Das Schema ist allzu leicht durchschaubar und wirkt konstruiert. Ich selber sehe für mich nicht wirklich einen Grund dafür.

Ich habe noch ein weiteres Problem mit diesem mythologischen Denkmodell. In ihm steckt nämlich ein deterministisches Weltbild, das unterstellt, dass das Universum wie ein perfektes Uhrwerk nach ewigen Gesetzen funktioniert. Kennt man die Anfangsbedingungen und die Gesetze, weiss man, wie es funktioniert und kann sich die Zukunft an den Fingern abzählen. Dieser Mythos hat das Denken bis weit ins 20. Jahrhundert geprägt. Auch die Naturwissenschaften. *Einstein* war von ihm überzeugt. Deshalb hat er vehement behauptet, dass Gott nicht würfelt. Eine heutige Mystik entmythologisiert diesen Mythos.

Das musst du erklären...

Sinn in der Mystik

Mystik in postchristlicher Zeit lässt sich nicht mehr von imperialen Machtstrukturen verführen und weiss um ihr eigenes Nichtwissen. Deshalb spreche ich davon, dass das Wort "Gott" nicht mehr als eine Chiffre ist. Diese Chiffre steht für das Geheimnis des Universums, das mit seiner Information hier und jetzt gegenwärtig ist. In der Stille der Meditation kann ich mich mit ihm vertraut machen, doch ausformulieren kann ich es nicht. Religionen benutzen mythische Sprache, um davon zu reden. Mythen sind Versuche, um von etwas zu sprechen, das sich anders nicht fassen lässt. Aber die Wahrheit hat man auch mit dem Mythos nicht.

Sind sie also Versuche, das Unbestimmte zu bestimmen und verfügbar zu machen? Das haben wir in dem Podcast zur Kontrolle gesprochen...

Genau. Und weil auch Mythen nicht die Wahrheit sind, muss man sie als Mythen aufdecken und entmythologisieren. Entmythologisierung ist in der christlichen Theologie seit bald 100 Jahren dank dem Theologen *Rudolf Bultmann* etabliert. Mythen sind damit nicht bedeutungslos. Im Gegenteil! Ich komme gar nicht darum herum, mit Mythen zu arbeiten, wenn ich über den Sinn in diesem Universum sprechen will. Aber wenn ich mich an der Mystik orientiere, bleibt jeden Moment das Wissen um mein Nichtwissen im Zentrum. Eben das Geheimnis der Gegenwart mit seiner Information im Hier und Jetzt. Die Mythen, die mich interessieren, kreisen genau darum.

Du sprichst ja viel davon, dass das Universum ein Spiel von Wahrscheinlichkeiten ist. Wäre das so ein Mythos?

Die Beschreibung vom Universum als Spiel von Wahrscheinlichkeiten liesse sich leicht zu einer mythologischen Erzählung ausbauen. In einem Spiel, beispielsweise einem Fussballspiel, sind die Regeln bekannt, und es gibt mehr oder weniger wahrscheinliche Spielereignisse. Der Spielverlauf bleibt jedoch offen. Wer wann das Tor wirklich schießt, kann ich nicht mit Sicherheit voraussagen. Denke ich das Universum als solches Spiel, gibt es stabile Spielregeln und Wahrscheinlichkeitsfelder, wie sie durch die Naturgesetze beschrieben werden, aber das Spiel ist nicht völlig determiniert, sondern offen für den Zufall. Das ist eine Art mythische Geschichte vom Universum.

Damit behauptest du aber auch, dass Gott würfelt. Es gibt aus deiner Sicht also keinen Masterplan, keine strenge Kausalität, kein endgültiges Ziel. Auch für Gott ist der Verlauf des Spiels des Universums nicht linear, sondern offen?

Ja, mythologisch gesprochen, ist es die Weisheit Gottes, die würfelt - jeden Moment, ohne dass Gott eingreift (vgl. Spr 8,22-31). Hier und jetzt fallen die Würfel der Vergangenheit, und hier und jetzt werden die Würfel der Zukunft geworfen. Dabei ist Gott jeden Moment mit seiner Liebe zur Weisheit in diesem Spiel gegenwärtig - wie auch immer die Würfel fallen. Das macht das Hier und Jetzt so spannend. Für mich ist Gott nicht-dual, jenseits der Dualität, aber mitten in Kontrolle und Kontrollverlust, Wissen und Nichtwissen, Gut und Böse, Leben und Sterben. Oder eben Determinismus und Zufall.

Ist das christlich? In der Bibel wird doch gesagt, dass das Himmelreich komme?

Diese Aussage wurde und wird oft auf ein zukünftiges Happening reduziert, das die Zustände dieser Welt komplett verändert und den Himmel auf die Erde bringt. Aber das ist ja offensichtlich bisher nicht eingetroffen. Jesus verkündet demgegenüber, dass das Reich Gottes nahe gekommen ist (Mk 1,15). Wie ein Samenkorn, das gesät, von selbst, aus Gnade, wächst und bloss geerntet werden muss (Mk 4,26-29). Mitten in und unter uns (Lk 17,21). Aus Sicht der Mystik ist die Gegenwart des Gottesreichs die Information im Hier und Jetzt - ein erfüllter Moment, wie auch immer er konkret ist. Da schwanke ich nicht zwischen Sinn und Unsinn, da ist die Frage nach dem Sinn aufgelöst. Ich habe zwar keine Antwort auf die Frage nach dem Sinn. Aussenperspektive habe ich ja nicht. Aber ich brauche auch keine. Denn der Moment ist sinnerfüllt. Bin ich im Hier und Jetzt, ist Sinn mitten im Kampf um Sinn und Unsinn, Erfolg und Scheitern unmittelbar gegenwärtig. Oder eben das Gottesreich nahe.

Pausenmusik

Auswirkungen

Was machen wir nun damit? Nun haben wir uns zwar allerlei überlegt, aber die Antwort auf die Frage, was Sinn ist, haben wir immer noch nicht.

Nun ja, wir sind schon einen Schritt weitergekommen. Immerhin haben wir uns klar gemacht, dass wir Sinn weder in der Biologie noch in der Ethik finden. Religionen bieten zwar mythologisierte Antworten an, doch müssen diese entmythologisiert werden. Was bleibt, ist die Mystik der Gegenwart, die Information im Hier und Jetzt. Diese schafft ganz unmittelbar sinnerfüllte Momente.

Klingt gut, aber wie können wir das in unseren Alltag einbauen?

Mir hilft es viel. Wenn ich Newsportale konsultiere und ich den Eindruck bekomme, dass sich der gleiche Unsinn ständig wiederholt, wenn ich Angst und Unsicherheiten vor disruptiven Entwicklungen bekomme, wenn ich mir Sorgen um unsere westliche Gesellschaft und Kultur mache, oder wenn ich mit Leid und Tod in meinem Umfeld konfrontiert werde, dann hilft mir genau dieser Ansatz. Denn so suche ich den Sinn nicht in all den politischen oder persönlichen Irrungen und Wirrungen, mit denen ich konfrontiert bin. Ich weiss dann vielmehr, dass darin der ständige Kampf zwischen den Gegensätzen und damit auch zwischen Sinn und Unsinn geschieht. Aber ich kenne den Ausweg: Bin ich im Hier und Jetzt, kann ich ganz unmittelbar einen sinnerfüllten Moment finden, ohne dass ich erklären kann, was der Sinn in all dem ist.

Ok, das schafft Distanz zum Tagesgeschehen. Auch zu schwierigen Situationen. Das Coping wird erleichtert, durch Momente, die frei von Bewertungen sind.

Mache ich mir klar, dass ich den Sinn nicht suchen muss, sondern dass er unmittelbar gegenwärtig ist, wenn ich auf die Information im Hier und Jetzt achte und mich von ihr leiten lasse, gibt das viel innere Befreiung und Souveränität in der Gebrochenheit

dieser Welt. Theologisch würde ich sagen: Das sind Momente der Gnade - bedingungslose Momente mitten in all dem Absurden und Widersinnigen, das ich begegne.

Diese bedingungslosen Momente kann ich beispielsweise im Kontakt mit Tieren erleben. In ihrer Gegenwart muss ich nichts bewerten, die meisten Tiere sind einfach im Moment da und geben mir intuitiv ein ehrliches Feedback zu meinen Handlungen. Und sie sind auch nicht nachtragend. Auch Gartenarbeit kann sinnerfüllte Momente geben, Momente frei von Bewertungen.

Damit entsteht ja eigentlich eine paradoxe Situation: Wir haben festgestellt, dass sinnerfüllte Menschen im Survival of the fittest einen Überlebensvorteil haben. Es ist also nützlich, nach Sinn zu suchen. Aber eigentlich besteht die Pointe darin, dass ich die Suche lasse und dass ich nur begreife, wie ich den Moment als sinnerfüllt erleben kann: Ich muss aufhören zu kämpfen, und stattdessen anfangen, mich auf Gottes Würfelspiel einzulassen und die Information des Hier und Jetzt zu realisieren. So bin ich im Überlebenskampf im Vorteil, ohne dass ich kämpfe. Einfach, weil ich einen sinnerfüllten Moment lebe.

Das klingt entspannend, da ich mich vom Druck zur Selbstoptimierung befreien kann. Beispielsweise kann ich Sport treiben, ohne ein Ziel für ein bestimmtes, belastendes Idealbild von Körper mit mir herumzutragen. Sondern es geht nur um den Moment. Nicht um die Meinungen von anderen, welche mir eine ständige Notwendigkeit zur Selbstoptimierung auferlegen.

Das finde ich ganz wichtig: Finde ich Sinnerfüllung in der Gnade des Moments, muss ich nicht gegen Sinnlosigkeit und Nihilismus kämpfen und ein Ziel, ein Ideal, eine perfekte Lösung erreichen. Das entideologisiert und entstresst. In der Gnade des Moments geschieht das Gute spielerisch, mit Leichtigkeit. Ich übernehme Verantwortung aus mir selbst und setze mich gleichsam automatisch für Fairness ein. Aber ich tue es nicht, um Sinn in einem Ziel zu finden, sondern weil ich bereits von Sinn erfüllt bin.

Es klingt ganz einfach, wenn du das so sagst. Und ich denke, wenn man in dieser Akzeptanz ankommt, ist es das auch. Aber um eine solche Akzeptanz zu erreichen, müssen wir üben, alles andere loszulassen. So entsteht innere Unbefangenheit und Fairness.

Da hast du sehr recht. Fairness ist ja kein ideologisches Ideal und weit weg von der Selbstgerechtigkeit einer auf sich selbst bezogenen Bubble. Fairness verlangt, dass ich Differenzen aushalten, Konflikte austragen und mich selbst relativieren kann. Und ich muss vor allem dafür einstehen, dass zwischen Menschen und Staaten das Recht der Fairness dem Recht des Stärkeren übergeordnet ist - auch wenn genau dies durch das Gesetz des Stärkeren ständig bedroht wird. Erlebe ich die Gnade eines sinnerfüllten Moments, ist genau das aber gar nicht so schwierig. Aus meiner Sicht befreit Sinnerfahrung zum Einstehen für Fairness.

Ja, Fairness nicht damit, sondern weil ich Sinn erlebe. Das schafft innere Distanz von Gut und Böse und hilft, selbst dann um Fairness zu kämpfen, wenn der Kampf sinnlos und absurd scheint. Einfach weil ich aus der Gnade eines sinnerfüllten Moments heraus agiere, in der Freude des Moments bleibe und dessen Sinn erlebe. Das passt gut zur letzten Folge unseres Podcasts: Carpe diem. Dort haben wir ja von der Freude des Hier und Jetzt gesprochen.

Voll. Interpretiere ich das Universum als Würfelspiel Gottes, also als Spiel von Wahrscheinlichkeiten, besteht der Sinn einfach darin, dass dieses Spiel gespielt wird und dass ich in der Gegenwart von Gottes Liebe und Weisheit meinen Part übernehme. Jeder Moment, der so geschieht und den ich so lebe, ist ein sinnerfüllter Moment. Mehr Sinn gibt es aus meiner Sicht nicht, mehr Sinn brauche ich aber auch nicht.

Der Sinn besteht also darin, wie spielende Kinder und Tiere zu sein und bewusst in spielerischer Präsenz zu leben. So wird jeder Moment ein sinnerfüllter Moment. Wir selbst sind dafür verantwortlich, dass dies geschieht.

Ich glaube, diese Erinnerung an das unbeschwerte Spiel von Kindern und Tieren ist wichtig für unsere Gesellschaft. Sie gibt Kraft und fördert die Gesundheit. Es ist also ziemlich sinnvoll, sich Gedanken über den Sinn zu machen und sinnorientiert zu leben und fühlen - auch wenn es keinen Sinn zu haben gibt.

Schluss

Das verspielte Lächeln, mit dem du dieses Fazit quittierst, gefällt mir. Überlegen wir uns doch noch einmal, wie wir zu diesem Ergebnis gekommen sind!

Zunächst haben wir festgestellt, dass sich Fragen nach dem Sinn bei uns vor allem stellen, wenn wir mit Situationen zu tun haben, die für uns unsinnig sind, und dass ein Leben, das wir als sinnerfüllt empfinden, unsere Fitness verbessert und insofern ein Vorteil im Überlebenskampf ist.

Dann haben wir versucht, uns klar zu machen, was Sinn für uns überhaupt ist. Wir sind übereingekommen, dass wir Sinn weder biologisch als Arterhaltung, noch ethisch als Streben nach dem Guten verstehen können. Damit aber sind wir in einem Dilemma gelandet: Sinn ist zwar ein Überlebensvorteil, aber Biologie und Ethik geben uns keine befriedigende Antwort auf die Frage, was Sinn ist.

Genau. Und die Philosophie eines Albert Camus gibt uns zu verstehen, dass das halt die Situation des Menschen ist. Das Leben ist absurd. Wir haben es dann mit Theologie versucht. Doch die Vorstellung eines Gottes, der zwar eine fundamentale Aussenperspektive darstellt und auf diese Weise Sinn garantiert, ist auch nicht befriedigend, weil sie einfach eine patriarchale oder doch paternalistische Projektion zu sein scheint. Schliesslich hast du die Mystik ins Spiel gebracht. Die Mystik entmythologisiert religiöse Mythen, spielt aber mit ihnen. Und du hast gesagt, dass die Weisheit Gottes würfelt, jeden Moment, und dass Gott in diesem grossen Würfelspiel des Universums mit seiner Liebe zur Weisheit ständig gegenwärtig ist.

Was der Sinn des Lebens ist, können wir damit zwar immer noch nicht sagen. Es gibt keinen geheimen Masterplan, der den Sinn festhält. Aber wenn wir unseren Part in diesem offenen Wahrscheinlichkeitsspiel spielen, können wir wenigstens sinnerfüllte Momente erleben. In einem solchen Moment sind wir frei von Wertungen und bekommen Distanz zum Tagesgeschehen. Das hilft als Coping in schwierigen Situationen und befreit vom Zwang zur Selbstoptimierung.

...und es schafft innere Freiheit und Unbefangenheit, um für Fairness und Caring einzustehen. Nicht um gegen Nihilismus und Sinnlosigkeit anzukämpfen, also nicht aus einem Defizit heraus, sondern um aus einem sinnerfüllten Moment dankbar Liebe und Weisheit, also Menschlichkeit, zu leben. Das unbeschwerte Spiel von Tieren und Kindern könnte da Vorbild sein. Solches Spielen gibt Sinn, ohne Sinn haben zu müssen.

Dieses Gespräch kann als pdf heruntergeladen werden unter www.ritualart.ch.

Entstanden ist dieser Podcast in Zusammenarbeit mit der reformierten Kirche Wabern. Danke für die Unterstützung.

“Mystik heute” geht weiter - anders, aber es geht weiter!

Lasst euch überraschen!