

**Lust auf Leben - Leben braucht Sinn
Hoffnung statt Nullbock auf Nichts**

Ephatá Verlag - Pfaffenhofen 1999

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Einleitung: Nur ein Sinn-erfülltes Leben lohnt zu leben

**Kapitel 1: Das Leben kotzt mich an (oder: Das Leiden am sinnlosen Leben).
Zwischen Sinnlosigkeitsgefühl, Werteschwund und existentiellen Vakuum**

- 1) Die Sinnfrage - zeitlos und stets aktuell
- 2) Logotherapie - Viktor Emanuel Frankl
- 3) Patentrezepte für gelingendes Leben? Fehlanzeige
- 4) Zauberformel für Lebensbewältigung. Gibt es das?
- 5) Sinnlosigkeitsgefühle: Der Mensch ohne Perspektive
- 6) Auch ein Ausweg aus dem existentiellen Vakuum: Sucht und Suizid
- 7) Werteschwund oder Wertewandel. Wo kein Wert, da auch kein Sinn
- 8) Geschenk ist, dass menschliches Dasein existiert

**Kapitel 2: „Der Mensch ist etwas, das überwunden werden soll“ (Friedrich Nietzsche).
Versuche entlang eines Menschenbildes mit Orientierung auf Sinne und Wert(e)**

- 1) Der Mensch und das Böse
- 2) Der Mensch. Gestalter oder Marionette?
- 3) Das fragwürdigste Wesen - der Mensch
- 4) Der Elefant und die Gaffer - Wider den Reduktionismus
- 5) Der Mensch. Nur Opfer seiner Verhältnisse? Wider den Determinismus
- 6) Der homöostatische Regulationsautomat. Nochmals gegen den Determinismus
- 7) Ausgriff nach Sinn und Werten. Zur geistigen Dimension des Menschen
- 8) Menschsein als In-der-Spannung-Stehen
- 9) Die Trotzmacht des Geistes

**Kapitel 3: „Der Mensch ist eine Richtung, kein Ding“ (Max Scheler) (oder: Auf der
Suche nach Sinn). Zur Ur-/Primär-Motivation des Menschen (Lust? Macht? Sinn!)**

- 1) Der Schauspieler und sein Publikum. Objektivität von Sinn
- 2) Sinn und Zweck, Sinn und Bedeutung
- 3) Im Anfang war das Wort, der Sinn oder die Tat?
- 4) Sinn als konkrete Möglichkeit. Das Individuum und „sein“ Sinn
- 5) Der Wille nach Lust und Macht oder der Wille zum Sinn?
- 6) Zur Primärmotivation menschlichen Handelns
- 7) Sinn, Orientierung und Hoffnung. Das dynamische Element menschlichen Daseins

Kapitel 4: Das Prinzip des Antwortens - respondeo ergo sum (oder: Der Mensch als der vom Leben her Befragte). Gedanken zum Aufgabencharakter des Lebens

- 1) Vom Vegetieren zum Existieren
- 2) Der Mensch als dialogisches Wesen
- 3) Leben heißt Antworten, oder: Menschsein als In-der-Frage-Stehen
- 4) Leben heißt Zeichnen ohne Radiergummi, oder: Kairós als Sinn des Augenblicks = Die Forderung der Stunde
- 5) Zum Aufgabencharakter des Lebens
- 6) Prinzip Verantwortung
- 7) Der Mensch als "fakultatives" Wesen = stets offen für Veränderung, Wachstum und Reife
- 8) Person und Persönlichkeit. Der Wandel in mir

Kapitel 5: Auf der Suche nach Werten (oder: Sinnerfüllung als Werteverwirklichung). Wege und Möglichkeiten der Sinnfindung

- 1) Das Gewissen, der konkrete Sinn und die Werte
- 2) Wenn die Werte-Basis bröckelt. Erosion der Werte
- 3) Hauptstraßen auf dem Weg zur Sinnfindung
- 4) Umstellung der Einstellung. Der leidende Mensch (homo patiens) und der Sinn
- 5) „Den Wolf umarmen“ (Luise Rinser). Nochmals zum homo patiens (Sinn und Leid) und zur Wahrnehmungsselektion
- 6) Exkurs: Das Leben. Ein immerwährender Karfreitag? Eine Meditation
- 7) Die Gefährlichkeit von nur einer Sinnsäule. Wider den Bau von Wertpyramiden
- 8) Muss Verzweiflung sein? Zur Vergötzung eines Wertes und zur Wert(e)blindheit

Kapitel 6: Der Mensch ist mehr als sein Ich (oder: Selbsttranszendenz versus Selbstfindung und Selbstverwirklichung). Gedanken zu Arbeit, Alter, Leistung und Erfolg

- 1) Arbeit und Maloche. Fluch oder Segen, Broterwerb oder Aufgabe? Annäherung an ein Phänomen
- 2) Vom Sinn der Arbeit. Ihr Aufgabencharakter
- 3) Die Draufgabe zur Hingabe an eine Aufgabe. Bemerkungen zum (Miss-)Verhältnis von Leistung und Erfolg
- 4) Erfolg und Sinn. Und was tu' ich mit dem Miss-Erfolg?
- 5) Begegnung mit Grenzen, oder: Gibt es noch einen Spielraum? Der Mensch vor der Wirklichkeit des Alter(n)s
- 6) Der Hund im Spiegelkabinett. Zur wertvollsten menschlichen Fähigkeit: Selbsttranszendenz
- 7) Selbstfindung durch Sinnfindung - Selbstverwirklichung durch Werteverwirklichung

Epilog: Das Kätzchen im Nebenzimmer. Gedanken zum ultimativen Sinn - der Über-Sinn

- 1) Der Sinn hinter dem Sinn. Ein paar „Tast“-versuche hierzu
- 2) Sinn schafft Hoffnung ... für heute und morgen und weit darüber hinaus

Anhang 1: Der Zweck-im-Leben-Test

Anhang 2: Der Song-Test