

Ein langes Leben

Das möglichst lange Leben scheint allgemeingültig das höchste Ziel menschlichen Strebens zu sein. Fast jeder möchte lange leben und gesellschaftlich gilt es als Erfolg. Den Entwicklungsstand eines Landes an seiner erreichten durchschnittlichen Lebenserwartung zu messen, gilt als anerkannt. In einer Welt, die alles an Zahlen festmacht, ist das Lebensalter eines Menschen sicher eine der einfachsten Möglichkeiten und eindrucklichsten Weisen, Lebenserfolg zu messen. Natürlich ist das auch konsequent, wenn man davon ausgeht, dass der Mensch nur ein Leben hat und danach verschwindet. Dann sollte dieses eine Leben möglichst lang sein. Und das unter allen Bedingungen.

So ziemlich alles zielt darauf ab, das Leben lang zu gestalten. Zumal viele bis ins Alter mehr oder weniger hart arbeiten müssen, und danach den Lebensabend möglichst viele Jahre genießen wollen.

Auch das Gesundheitswesen hat sich darauf fokussiert, dem Leben durch lebensverlängernde Maßnahmen möglichst viele Jahre hinzu zu addieren. Das geht soweit, dass Menschen an Maschinen angeschlossen werden, ohne die sie sterben würden, nur um sie am Leben zu erhalten. Ein erlösender Tod kommt nicht in Frage und wird künstlich verhindert.

Selbstverständlich ist es schön, wenn jemand alt wird und sich des Lebens erfreut, wenn man ihm oder ihr gratuliert, ein hohes Alter erreicht zu haben und auf ein langes Leben zurück zu blicken.

Was aber auffällt, ist, dass bei der reduzierten Betrachtung des Lebensalters anhand von erreichten Jahreszahlen, sehr oft die Frage nach der Qualität auf der Strecke bleibt.

Vielleicht liegt es daran, dass es schwierig ist, die Lebensqualität eines Menschen zu messen, weil diese subjektiv ist und von der individuellen und persönlichen Einschätzung abhängt. Die meisten Menschen

tendieren zudem dazu, im Rückblick eine eher positive Bewertung abzugeben, weil sie vieles relativieren und nicht unzufrieden erscheinen wollen.

So kann man denn stolz sein, ein hohes Alter erreicht zu haben und sich feiern zu lassen und verdrängt die negativen Lebenserfahrungen einfach. Kaum jemand wird sich finden lassen, der sich an seinem 80sten Geburtstag hinstellt und sagt: „Nein, mein Leben war nicht schön oder zumindest nicht schön genug.“ Das wäre ja anmaßend, undankbar und inakzeptabel.

Ein schönes Leben

Die meisten Menschen werden sich wohl wünschen, in Gesundheit und einigermaßen fit alt zu werden und dabei keine Not zu leiden. Mit diesem Minimalanspruch sind viele Ältere zufrieden, wie man immer wieder hört und liest. Das liegt nicht zuletzt an den eigenen Erfahrungen aus Zeiten der Not und des Elends und der entsprechenden Berichterstattung der Medien aus anderen Regionen der Welt. Die Menschen haben im Allgemeinen keine hohen Erwartungen an Lebensqualität, sind zufrieden, wenn es ihnen gut geht. Ohne jedoch genau zu definieren, was es heisst, es geht ihnen gut. Da man sich vergleicht und sieht, dass es so vielen anderen Menschen nicht gut geht, ist man gerne schnell zufrieden mit der eigenen Lebensqualität und akzeptiert auch Krankheiten, Ärger, Sorgen und Ängste. Man hört dann zudem, man solle sich nicht beklagen, es gehe einem doch recht gut. Und dann nickt man diese Behauptung ab, weil man ja weiss, dass das Leben kein Zuckerschlecken ist, ungerecht und hart. Wer das nicht erkennen und was ändern wolle, sei ein Träumer oder ein jugendlicher Revoluzer.

Es scheint das Schicksal des Menschen zu sein, auf niedriger Stufe mit seinem Leben zufrieden sein zu müssen. Von Glück soll erst gar keine

Rede sein, denn das sei entweder Illusion oder zumindest extrem flüchtig.

Diesen Glauben und diese Überzeugung zu thematisieren und zu hinterfragen, stößt schnell auf massive Gegenwehr. Man gerät schnell an Grenzen des Verständnisses und riskiert, als Spinner betrachtet zu werden, wenn man etwas anderes behauptet.

Stellen Sie sich selbst oder Ihren Freunden und Bekannten einmal die Frage, wie ein (wirklich) schönes Leben aussieht oder aussehen könnte !

Die Realität des Lebens

„Das Leben ist kein Wunschkonzert,“ oder „so ist das Leben eben“ oder „willkommen in der Realität“. Das sind viel benutzte Aussprüche von sogenannten Realisten, die den Status Quo als gegeben und unveränderbar annehmen. Und die Adressaten nicken resignierend, weil sie es ja auch wissen.

Wie ist das Leben denn ?

Die Einen, nämlich die Positivisten und Optimisten sagen: es ist spannend, schön, überraschend, spontan, fordernd, wunderbar, o.ä. Das sagen viele selbst dann, wenn es ihnen defacto gar nicht so gut geht, und es eher ihren Wünschen entspricht.

Natürlich geht es vielen Menschen gut, vor allem finanziell und oft auch gesundheitlich. Dann spricht wenig dagegen, sich zufrieden zu wähnen und die Welt und das Leben schön zu finden. Sie schauen auf sich und ihr Leben und wollen sich gar nicht mit anderen vergleichen, denen es nicht so gut geht. Sie schaffen es zudem, das Leid und Elend der Welt aus ihrem eigenen Leben auszublenden und festzustellen, dass es eben so ist. Was solle man denn machen ?! Und natürlich soll die eigene Lebensparty niemals enden und möglichst bis in ein hohes Alter andauern.

Die Anderen sehen vielleicht nicht nur ihre eigene Situation als suboptimal an, weil sie Sorgen, Ärger und Probleme haben, sondern haben den Blick über den Tellerrand und erkennen die Situation der Menschen als Ganzes, die mit einander vernetzt ist und sich gegenseitig bedingt. Sie sehen die Welt und das Leben als ungerecht, gewalttätig, unfair, zum Teil deprimierend, Menschen unwürdig an.

Sie engagieren sich eventuell für eine bessere Welt, aber ihre Möglichkeiten sind aufgrund der eigenen Situation begrenzt. Die Bandbreite der Empfindungen dieser Gruppe reicht von wütend bis deprimiert. Doch auch hier teilen die wenigsten mit, was sie vom Leben halten, und natürlich wollen auch sie möglichst lange am Leben bleiben und alt werden.

Und wie ist das Leben wirklich ?

Geht man davon aus, dass der Mensch eine göttliche Schöpfung ist und sich nach dem Paradies sehnt, muss man objektiv betrachtet leider sagen, dass das Leben, bzw. die Lebensbedingungen der meisten Menschen erbärmlich ist bzw. sind.

An vieles dieser Erbärmlichkeit haben wir uns leider bereits gewöhnt und nehmen es als normal an. Ja, wir bemerken es kaum noch. Dazu gehören die ständigen ausschließlich negativen Nachrichten aus aller Welt, die von Kriegen, Morden, Vertreibung, Hass und Gewalt berichten. Dazu zählen die ständigen Lügen und der Betrug, die das eigene Leben tagtäglich umgeben, öffentlich, als auch privat. Dazu zählen auch Krankheiten, ständiger Ärger, Enttäuschungen und Stress, alles wird routiniert akzeptiert.

Und selbstverständlich regen wir uns kaum noch darüber auf, dass es wenigen Menschen wirtschaftlich und finanziell immer besser geht und der großen Mehrzahl der Menschen immer schlechter, dass letztere ganz offensichtlich belogen, betrogen, ausgebeutet und ausgenommen werden.

Was bitte ist daran schön ?

Die Menschen, die das Leben für schön halten, schauen weg und wollen die Realität um sich herum nicht sehen. Sie meinen, wenn es ihnen selbst gut geht, sei das Leben schön.

Das Politik- und Wirtschaftssystem hat sich genau auf diese Gruppe fokussiert und propagiert das Konzept vom leichten und spaßigen Leben als andauernde Party und Einkaufsparadies. Und es findet viele willige Fans, insbesondere in der jungen Generation.

Und die, denen es nicht so gut geht, sind still, weil ihnen die Möglichkeiten fehlen und sie insgeheim akzeptieren, dass das Leben eben so ist.

Depressionen als neue Volkskrankheit

Immer mehr Menschen werden depressiv. Depression ist nicht nur schlechte Laune oder Traurigkeit, es ist eine schwerwiegende Erkrankung mit Symptomen der Verzweiflung und nicht selten Gedanken an Suizid.

Die Ursachen sind vielfältig und keineswegs nur auf Überlastung durch Arbeit und Sorgen zurück zu führen. Verzweiflung und Selbstmordgedanken treten dann auf, wenn man das eigene Leben als sinnlos und hoffnungslos betrachtet. Wenn es nicht nur nicht schön, sondern grauenhaft und voller Angst ist.

Es ist schwierig, mit depressiven Menschen umzugehen, weil sie sich (unbewusst) abschotten. Daher werden sie fast immer medikamentös behandelt, und der Depression werden körperliche Ursachen im Gehirn und im Nervensystem zugeschrieben.

Wie sollte das Leben sein

Das Leben soll nicht primär lang sein, sondern primär schön. Toll ist, wenn es lang und schön wäre.

Ist es richtig, die erbärmlichen Lebensbedingungen einfach zu akzeptieren und zu versuchen, das Beste für sich selbst daraus zu machen, um irgendwie einfach möglichst alt zu werden ?

Was ist ein langes Leben wert, wenn es weit unter den potenziellen Möglichkeiten bleibt ?

Der normale Mensch hat sich über Jahrhunderte unterdrücken und ausbeuten lassen. Er ist mit sehr wenig zufrieden. Mit einem ganz simplen Trick: Angst.

Er hat Angst, dass es (noch) schlechter werden könnte, anstatt die Möglichkeiten zu erkennen, dass es auch wesentlich besser sein könnte. So haben wenige die Macht gehabt, die Massen nach Strich und Faden zu verarschen. Bis heute.

Warum: weil sich die Menschen nicht in der Lage wähnen, sich vorzustellen, wie sie eigentlich gerne leben möchten. Sie kommen gar nicht auf die Idee, sich diese Frage zu stellen. Nochmals: Stellen Sie sich selbst oder Ihren Freunden und Bekannten einmal die Frage, wie ein (wirklich) schönes Leben aussieht oder aussehen könnte !

Ich wette, dass die wenigsten diese Frage ganz konkret beantworten können, und ich wette, dass die große Mehrzahl sagen wird, das sei unmöglich, Wunschtraum, Illusion. Für den Fall, man käme zu einer Antwort.

Die Menschen haben sich aufgegeben. Sie träumen zwar vom Paradies, aber sie tun nichts dafür, dorthin zu gelangen. Sie sind gefangen in Gewohnheit, Angst und Bequemlichkeit. Mit dem einzigen Ziel, in dieser Erbärmlichkeit möglichst alt zu werden.

Ist das der Sinn des Lebens ? Nein, ist es nicht. Der Sinn ist Entwicklung und Rückkehr ins Paradies. Das ist nicht unmöglich, das ist die Bestimmung. Der Mensch ist grundsätzlich ein schöpferisches Wesen mit zahllosen Talenten. Diese wollen sich entfalten und dürfen nicht

unentdeckt verkümmern. Er ist gottgleich und sollte wieder im Paradies leben.

Ich will etwas nachhelfen. Wer sehnt sich nicht nach einem harmonischen Leben in Liebe und mit Freude, ohne Ärger, Sorgen und Angst. Und ohne Lüge, Betrug, Gewalt und Verbrechen. Nach einem Leben in Gemeinschaft, in dem sich jeder mit seinen Talenten einbringen kann. Indem niemand zu Schaden kommt und die Natur nicht leidet, keine Tiere gequält und keine Wälder abgeholzt werden. Einem Leben ohne Zwang, Ärger und Stress, das sinnerfüllt ist, anstatt sich ausschließlich Gedanken darüber zu machen, was als nächstes Unnötiges gekauft werden muss und welche unsinnigen gesellschaftlichen Regeln und Rituale zu befolgen sind.

Leider ist der Weg zur Erkenntnis ein langer und von der Erkenntnis zur Tat bedarf es Mut zur aktiven Veränderung. Aber nur derjenige, der diesen Mut und die Aktivität aufbringt, wird ein erfülltes Leben haben können. Egal, ob dieses lang oder kurz ist.

Man muss sich bewusst machen, dass die absolut große Mehrheit der Menschen ein besseres Leben will, auch diejenigen, die aktuell eher als Störenfriede und Randalemacher ins mediale Rampenlicht geraten. Wenn sich alle einig sind, können Hass, Gewalt und Ungerechtigkeiten überwunden werden. Die Menschen müssen nur endlich dazu kommen, die Kontrolle über ihr Leben zu übernehmen und sich nicht mehr verarschen zu lassen.