

Vorwort

Keiner ist weise,
der nicht das Dunkel kennt.

Hermann Hesse

Lebenskrise – Weltkrise

Sie haben dieses Buch sicher nicht in die Hände genommen, um die Krise in der Welt, sondern um Ihr eigenes Lebensproblem zu lösen. Und doch: Die Zeiten sind vorbei, da wir das eine vom anderen trennen konnten! Lassen Sie uns deshalb zunächst Gedanken darüber machen wie diese Dinge zusammenhängen!

Die Krise in der Welt – die Krise des Planeten, die Krise der Menschheit – drängt sich inzwischen jedem so deutlich auf, dass wir daran nicht mehr vorbeischaun können. Wir sind alle davon betroffen! Keiner kann mehr sagen: „Das ist nicht mein Problem.“

Die Zukunft jedes Einzelnen hängt unmittelbar zusammen mit unser aller Zukunft. Nie in der Geschichte der Menschheit war es so deutlich wie heute. Wir wissen jetzt alle von der realen Gefahr, dass die Menschheit auf diesem Planeten nur noch zwei oder drei Generationen zu leben hat, wenn sich nicht dramatisch etwas ändert.

Einer der ersten aufrüttelnden Mahner – Dennis Meadows mit seinem bereits 1972 erschienenen Buch „Grenzen des Wachstums“, der Geburtsurkunde des Club of Rome – sieht die Menschheit wie einen Selbstmörder: Es mache wenig Sinn, den Selbstmörder noch bekehren zu wollen, wenn er schon aus dem Fenster eines Hochhauses gesprungen ist. Der endgültige Aufprall sei unabwendbar und nach Dennis Meadows nur noch eine Frage der Zeit.

Ich sehe die Zukunft der Menschheit nicht so pessimistisch, obwohl es absolut nichts zu beschönigen gibt.

Der persische Mystiker Rumi sagte: „Im Gift liegt das Heilmittel verborgen.“ Diese tiefe Weisheit möchte ich auch auf die Lage der Welt anwenden: *Diese Weltkrise rüttelt uns alle wach.* Wenn wir Menschen es schon nicht im Guten verstehen, dass wir alle *eins* sind, dann werden wir es eben im Schlechten verstehen müssen: in der *Krise der Menschheit, die uns alle vereint.*

Auch diese globale Krise ist eine Chance, kann als *Geburtskrise für ein völlig neues Zeitalter* verstanden werden: für das Zeitalter, das dem Patriarchat und Materialismus folgt, das Goldene Zeitalter, das Zeitalter des Lichtes und der Liebe. – Es ist das Licht am Ende des Tunnels!

Ich bin nicht allein!

Wer seine eigene Lebenskrise ernsthaft überdenkt, ihr bis an die Wurzeln nachgeht, der wird eine wichtige Erkenntnis gewinnen: *Anderen Menschen geht es ähnlich.* Sei es eine schmerzhaft Beziehungskrise, eine existenzielle Berufskrise, eine deprimierende Gemütskrise – wir sind das rastlose Streben nach äußerem Wohlstand leid und suchen das Glück, die innere Zufriedenheit. Das macht letztlich den Kern der persönlichen Krise aus! Die Leere in unserem Herzen lässt sich nicht mehr durch Äußerlichkeiten füllen, der innere Schmerz nicht mehr durch materielles Streben betäuben. Wir sind materiell gesättigt, und *so ist der Schrei unserer Seele nach dem wirklichen Leben nicht mehr zu überhören.*

Es geht vielen so, den meisten. Schauen Sie sich in Ihrem Bekanntenkreis um: Finden Sie dort Menschen, die wirklich rund herum glücklich sind? Und wenn, dann werden Sie schnell erkennen: Es sind Menschen, die in der Vergangenheit eine ganz tief gehende Krise überwunden und so zu sich selbst gefunden haben.

Das erste Geschenk, das jede Krise hervorbringt, ist die Erkenntnis: *Ich bin nicht allein. Anderen geht es ähnlich. Ich finde mein eige-*

*nes Lebensproblem auch bei anderen. Und es gibt immer einen
Ausweg. Andere haben ihn gefunden, ich finde ihn auch.*

Die fundamentale Sinnkrise: Lebenssinn oder Wahnsinn

Warum häufen sich die Lebenskrisen bei allen und auf allen Ebenen, gleichgültig, wie sie in Erscheinung treten mögen? Ich denke, wir fragen uns immer mehr nach dem *Sinn unseres Handelns*, denn wir sind immer weniger bereit, *Sinnloses* zu tun: *Welches ist der Sinn meiner Arbeit? Welches ist der Sinn meiner Partnerschaft? Welches ist der Sinn meines Lebens und Daseins?*

Wenn eine Krise auch nicht von diesen Fragen *ausgelöst* wird, so führt uns jede Krise immer wieder zu diesen eindringlichen Fragen hin und fordert ihre erlösende Beantwortung.

Denn erst wenn wir diese sinngebenden Fragen unseres Lebens jenseits von Materialismus und Egozentrik *beantwortet* haben, ist die Krise ein für allemal gelöst, haben wir uns von allen Lebenskrisen ganz und gar befreit. Dann sind wir nicht mehr gezwungen, den Weg der Krise, des Leidens und des Schmerzens zu gehen. *Dann dürfen wir dankbar den Weg der Freude, des Friedens, des Glücks beschreiten. Das ist die wichtigste frohe Botschaft einer jeden Lebenskrise.*

Doch wenn wir unsere persönlichen Krisen nur oberflächlich managen, dann drehen wir uns im Kreis, dann entfaltet sich der Wahnsinn immer mehr. Die Alternative, vor der wir jetzt stehen, ist ganz einfach geworden: alltäglicher Wahnsinn oder erfüllender Lebenssinn?

Wir sind dazu da, unserem Leben einen Sinn zu geben. Solange wir uns davor drücken, unserer *Hauptaufgabe im Leben* aus dem Weg gehen, führt uns das Leben immer wieder – am Anfang sanft, dann immer nachdrücklicher – zu ihr zurück. Wir können uns an dieser

Aufgabe nicht ungestraft vorbeimogeln. Die „Strafe“ ist: Leiden, Krankheit, Selbstentfremdung, *Leben* und letztlich Sinnlosigkeit.

Bevor etwas besser wird, scheint alles nur noch schlimmer zu werden. Vor der neuen Harmonie kommt immer das alles reinigende Chaos. Das gilt für den Einzelnen wie für uns alle.

Wir sind jeder Krise gewachsen und es folgt immer Besseres nach

Eine weitere frohe Botschaft: Unsere Lebensprobleme sind keine Zufälle. Es sind eher *wohl dosierte Lektionen, die wir zu lernen haben.* Und wie es in einer normalen Schule auch der Fall ist, stellt uns das Leben immer nur vor solche Aufgaben, die wir auch meistern können. Aufgaben sind immer Herausforderungen, an denen wir wachsen können und an denen wir nicht verzweifeln müssen.

Das Leben meint es *gut mit jedem!* Oft dauert es eine Zeit, bis wir es auch erkannt haben. Das Leben will nichts anderes als ... *leben!* Und das kann es nur, wenn *wir der lebendigste Ausdruck eben dieses Lebens sind!* Das Leben jubiliert, wenn es uns gut geht. Es jauchzt, wenn wir glücklich sind. Es gerät in Ekstase, wenn wir es in vollen Zügen genießen. Das Leben will uns stark, glücklich, hingebungsvoll. Sich dem Leben hinzugeben heißt, ihm grenzenlos zu vertrauen: *Es ist alles gut und es wird am Ende immer besser.*

Vor welche Herausforderung hat Sie das Leben jetzt gestellt? Was dürfen Sie jetzt lernen? Worin besteht das Geschenk Ihres Lebensproblems?

Vielleicht machen Sie auch schon einen Sprung in die Zukunft: *Wie wird Ihr Leben aussehen, wenn Sie Ihre jetzige Krise gemeistert haben?* Können Sie sich diese Zukunft schon ausmalen? Können Sie sich bereits in Ihre neue Zukunft hineinversetzen?

Eine Krise fordert eine Entscheidung!

Das griechische Wort *krisis* bedeutet „Entscheidung“. Jede Krise fordert zu einer Entscheidung heraus – das ist die Herausforderung!

Wissen Sie, was Sie zu entscheiden haben? Stellen Sie sich ganz präzise und klar die Frage, die zur Entscheidung steht, am besten schriftlich. Feilen Sie am schriftlichen Ausdruck der Frage so lange herum, bis sie absolut stimmig ist. Legen Sie den Zettel mit Ihrer Frage an einen Ort, sodass sie Ihnen immer präsent ist.

Sie werden während des Lesens in diesem Buch Ihre Antwort finden. *Die Antwort ist bereits da, sie sucht den Weg zu Ihnen.* Ich bin mir sogar sicher, dass Sie die Antwort schon *ahnen*. Das Buch kann Ihnen helfen, Ihre Entscheidung entschlossen und bewusster zu treffen. So können Sie Ihr Problem so tief gehend wie möglich lösen, sich ein für allemal von allen persönlichen Lebenskrisen befreien!

Vom inneren Frieden zum Weltfrieden

Das Buch, das Sie in den Händen halten, ist nur vordergründig ein *Buch zum persönlichen Krisenmanagement*. Das ist es *auch*, aber es kann viel tiefer gehen, wenn Sie dazu bereit sind. Es kann und sollte Ihnen den Weg zu Ihrem inneren Frieden zeigen, Ihrem Frieden mit sich selbst und mit der Welt. So wird die Lösung Ihrer persönlichen Lebenskrise zur Friedensarbeit für die Welt. Und so schließt sich der Kreis zu unseren Gedanken am Beginn des Vorworts.

Das Buch „Krise als Chance“ ist also auch ein *Friedensbuch* mit der Botschaft:

Löse deine Krise! Das ist deine wichtigste Verantwortung für den Frieden in der Welt. Deine eigene, innere Zufriedenheit bringt den Frieden in die Welt. Es kommt auf jeden an, auch auf dich! Gerade auf dich!

In diesem Sinne: „Friede sei mit dir!“

Kurt Tepperwein