



Die existentiellen Leitmotive oder, was sind die Kriterien eines guten Lebens?

Franz Sedlak

Die Philosophie kennt die sogenannten Kategorien, das sind verschiedene Seins-Strukturen (oder zumindest Bewusstseinszugänge zum Sein): Die Sache selbst, Ort, Zeit, Ursache, Wirkung usw. Diese Kategorien gelten für das Sein von allem Lebendigen. Für das Menschsein gibt es „besondere Kategorien“. Martin Heidegger nennt sie die Existentialien (das, was unser Dasein betrifft). Das sind z.B. die Sorge, das In-der-Welt-Sein, das Mit-Sein, das Verstehen, die Befindlichkeit... Man kann nun konkrete Wesensmerkmale des Daseins beschreiben. Sie führen das näher aus, was als Sorge, als Mit-Sein etc. gemeint ist. Das Daseinsbuch besteht aus mehreren Kapiteln, das sind die Existentialien, die Wesensmerkmale des Mensch-Seins. Die einzelnen Seiten innerhalb der Kapitel sind die existentiellen Leitmotive, die Kriterien eines guten Lebens. Diese bestimmen unser konkretes Handeln in einer konkreten Situation. Es gibt viele existentielle Leitmotive: Flexibel sein, achtsam sein, Entwicklung fördern, Ordnung schätzen, Verantwortung tragen, Entscheidungen fällen, Synergie anstreben, die persönliche Wertpyramide kennen und leben, allein sein können, den richtigen Umgang mit der Zeit finden, das Differenzierungsvermögen verfeinern, andere Perspektiven berücksichtigen, Abschiedlichkeit (mit dem Sterben leben), Ausgewogenheit, in Zusammenhängen denken und handeln, Wahrhaftigkeit sich selbst und anderen gegenüber, höhere Wirklichkeiten als möglich akzeptieren, Schatten – ungel(i)ebte Potenziale – berücksichtigen, Lebensliebe, die Energieerhaltung ernst nehmen, Ganzheitlichkeit, immer wieder anfangen und Neues zulassen.

Wir haben ein reichhaltiges Daseinsbuch, mit vielen wichtigen Kapiteln und mit vielen, herausfordernden Seiten.