


Sinnvolles Booklet? So geht's!

1. Drucke  die Seiten beidseitig aus, am besten natürlich in Farbe! :)

2. Nun wir geschnipselt:  schneide die Seiten an den Schnittmarken aus.

3.  Loche die Bookletseiten dort wo du willst! Klassisch ist es Links. 

4. Binde die Seiten in deiner eigenen Reihenfolge und Anordnung mit einer Schnur. Du kannst da gerne kreativ werden! 

Fertig!

erSinnen

Sinn des Lebens – *was soll das sein?*

Das mittel-althochdeutsche Wort „Sin“ bedeutete so viel wie Weg oder Reise. Heute versteht man unter „Sinn“ eher Ziel oder Zweck. In der Kombi ist es irgendwie der Weg zum Lebensziel.

Es gibt einmal den **existentiellen Sinn** – also der ganz individuelle Zweck den du auf der Erde hast:
Welchen Sinn hat dein Leben?



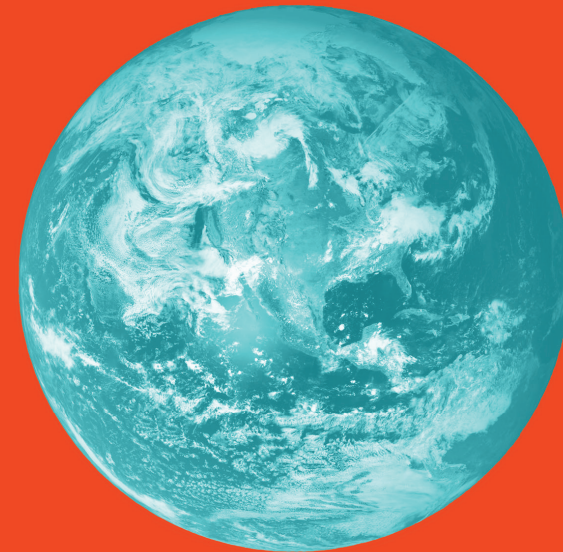
Seit wann fragen wir uns das?

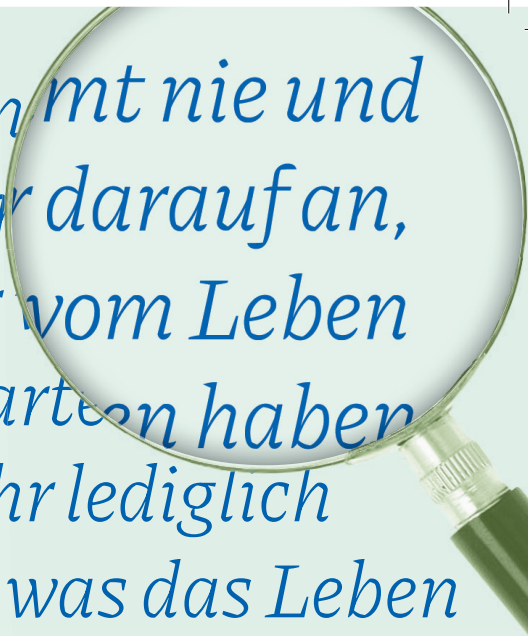


Schon im **antiken Griechenland** haben die Philosoph*innen diskutiert warum wir da sind. Im **Mittelalter** beantwortete die Kirche die Frage klar mit der göttlichen Ordnung. Durch die **Aufklärung** wurde der Blick aber immer rationaler. Plötzlich stand die Vernunft im Mittelpunkt und Gott verlor an Macht. In den **60ern** hieß es plötzlich „Finde dich selbst“ und man begab sich auf die Suche nach dem ganz individuellen Glück. *Und heute?* Wir leben in einer Zeit in der es eine enorme Vielfalt an Ideen vom Sinn des Lebens gibt.

Dann gibt es den **ontologischen Sinn**, der den allgemeinen Nutzen meint:


Welchen Sinn hat das Leben?



A magnifying glass with a green handle is positioned over the text, focusing on the words 'vom Leben' and 'haben'.

*„Es kommt nie und
nimmer darauf an,
was wir vom Leben
zu erwarten haben
viel mehr lediglich
darauf, was das Leben
von uns erwartet.“*

– Viktor E. Frankl

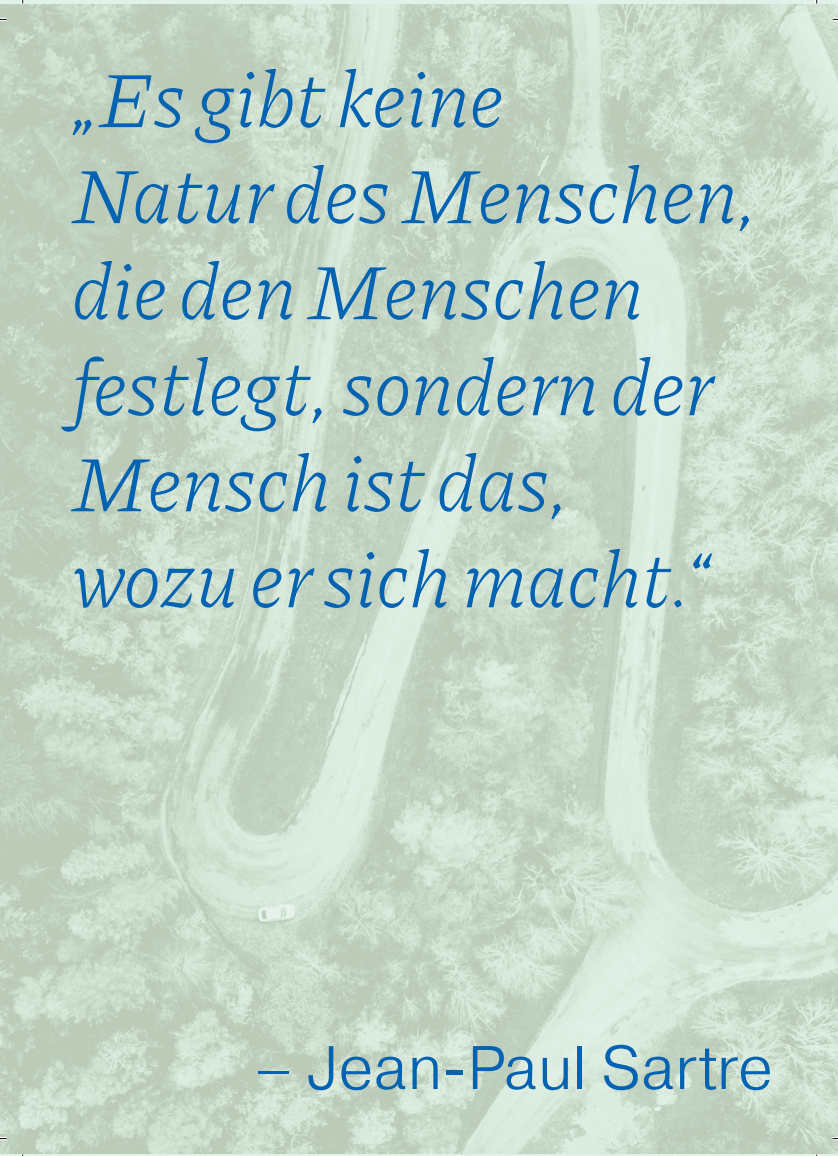
A large, stylized green exclamation mark is positioned to the right of the text.

*„Wozu die ‚Welt‘
da ist, wozu die
‚Menschheit‘ da ist,
soll uns einstweilen
gar nicht kümmern,
... aber wozu du
Einzelner da bist,
das frage dich.“*

– Friedrich Nietzsche

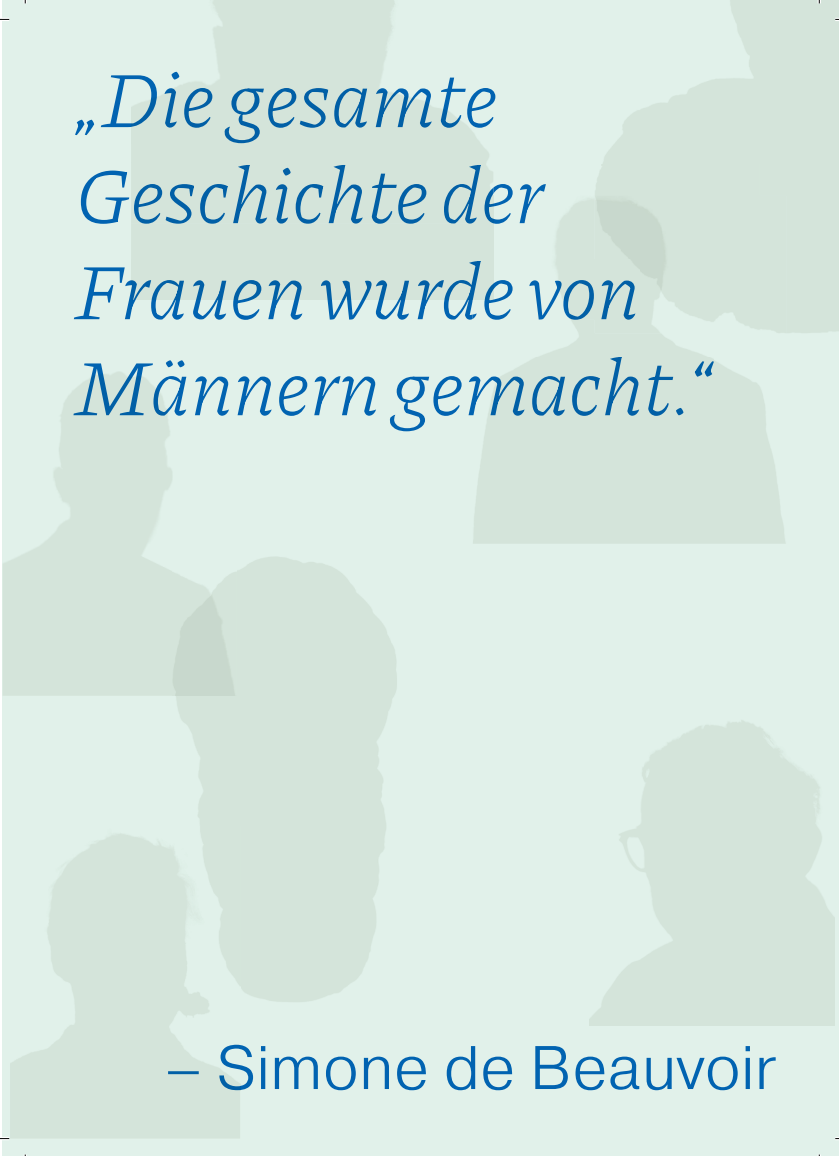
Der Sinn des Lebens besteht darin, traditionelle Moralvorstellungen zu hinterfragen, sich selbst zu überwinden und eigene Werte zu erschaffen. Auf diese Weise erreicht man individuelle Freiheit und die Fähigkeit, das Leben aktiv zu gestalten.

Das Leben ist nur dann lebenswert, wenn es einen Sinn hat. Man sollte im Alltäglichen Bedeutung finden und die Verantwortung übernehmen, seinem Leben Sinn zu geben. Dieser kann uns durch schwierige Zeiten tragen.



*„Es gibt keine
Natur des Menschen,
die den Menschen
festlegt, sondern der
Mensch ist das,
wozu er sich macht.“*

– Jean-Paul Sartre

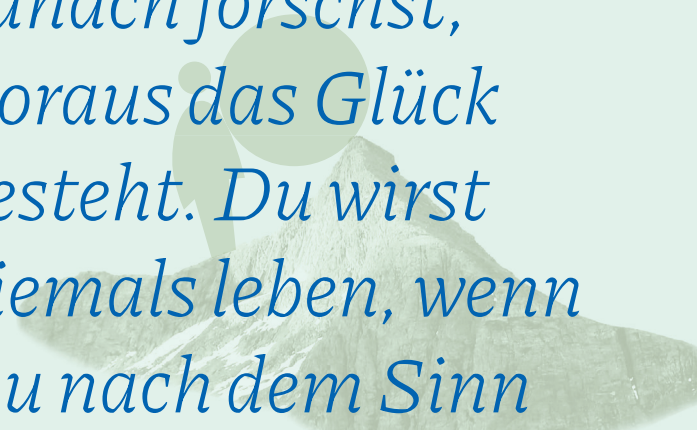


*„Die gesamte
Geschichte der
Frauen wurde von
Männern gemacht.“*

– Simone de Beauvoir


Menschen werden frei geboren, ohne göttlichen Plan. Doch Frauen sind in ihrer Suche nach dem Sinn nicht frei. Eingeschränkt von gesellschaftlichen Weiblichkeitsidealen müssen sie sich oft diesem System fügen. Und so sind sie auch unterrepräsentiert in der Frage nach Philosoph*innen in der Sinnfrage.

Alles ist durch Zufälle bestimmt, und die Existenz geht der Essenz voraus. Daher liegt es an den Einzelnen, die Essenz der eigenen Existenz individuell zu definieren und eigene moralische Maßstäbe und Werte frei zu wählen.



„Du wirst nie glücklich werden wenn Du weiter danach forschst, woraus das Glück besteht. Du wirst niemals leben, wenn Du nach dem Sinn des Lebens suchst.“

– Albert Camus



„Die Menschen sind nicht auf der Welt, um ein ‚gutes‘ Leben zu führen, sondern um ihr Leben zu bewältigen und möglichst viel Sinn im Leben zu gewinnen...“

– Wilhelm Schmid

Im Leben geht es nicht um einen großen, übergeordneten Sinn. Vielmehr liegt der Fokus darauf, im Hier und Jetzt eine Aufgabe zu finden. Es geht darum, gelassen den Herausforderungen des Lebens zu begegnen, sich anzupassen und das Beste aus ihnen zu machen, ohne auf dauerhaftes Glück zu zielen und das Leben in seiner Ganzheit anzunehmen.

Das Leben ist sinnlos, aber durch die bewusste Entscheidung, dem scheinbar Sinnlosen eine Bedeutung zu geben, kann individuelle Freiheit geschaffen werden. Es geht darum das Leben anzunehmen und es zu gestalten.

*„Lust auf max,
Schmerz auf min und
dein Leben hat Sinn!“*



– Hedonist*innen

*„Alle soll'n
Glücklich sein!“*

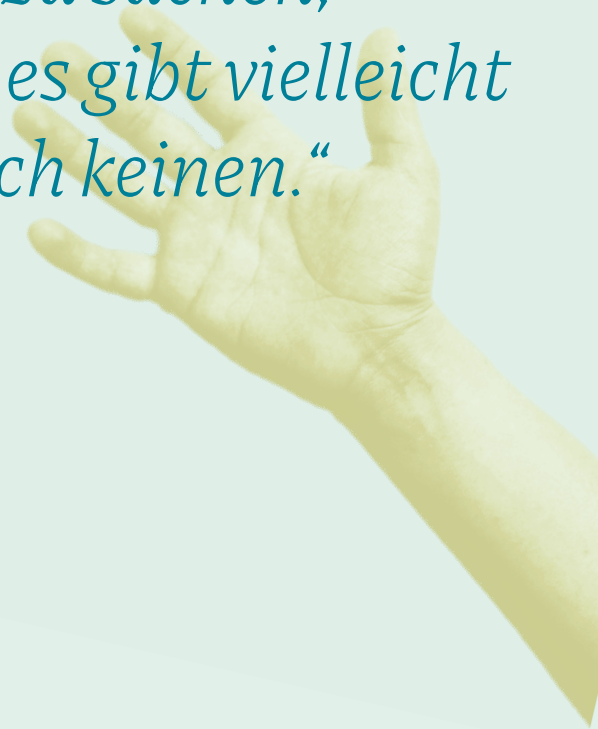


– Utilitarist*innen

Ein sinnvolles Leben besteht darin, das größte Glück für die größte Anzahl von Menschen zu erreichen, indem die Konsequenzen berechnet und das Wohl der Gesellschaft über das des Einzelnen gestellt wird. Dabei ist intensivere und qualitativere Freude bevorzugt.

Das Leben wird enden, und deshalb ist es wichtig, die verfügbare Zeit optimal zu nutzen, um diese nicht zu verschwenden. Das geht indem Freude und positive Erlebnisse geschaffen und Negatives vermieden wird.

*„Leute, hört auf,
nach einem tieferen
Sinn zu suchen,
denn es gibt vielleicht
einfach keinen.“*



– Nihilist*innen

*„Der Sinn des Lebens
ist neues Leben zu
erschaffen.“*



– Evolution

In der Biologie und Evolutionsforschung liegt der Fokus des Lebenssinns primär auf der Fortpflanzung, die zur Sicherung der eigenen Existenz und der Nachkommenschaft dient, um die Vielfalt und Kontinuität des Lebens zu gewährleisten. Diese rein biologische Perspektive lässt jedoch philosophische, kulturelle und persönliche Aspekte außer Acht.

In der Sinnfrage kann das Fehlen einer objektiven Bedeutung im Universum befreiend sein und individuelle Freiheit ermöglichen. Doch diese Vorstellung ist auch möglicherweise beängstigend, so eine Sinnkrise kann schnell zu psychischer Belastung führen.

*„Der Sinn des Lebens
ist die Befreiung vom
Leiden und die
Erleuchtung.“*



– Buddhist*innen

*„Der Sinn des Lebens
besteht darin Gott
zu dienen.“*



– Muslim*innen

Die Menschen folgen hier Allah. Im Koran steht, dass eine Prüfung bestanden werden muss, indem man sich für das Gute entscheidet und keine Sünden begeht. Grundlegend sind die fünf Säulen Glaubensbekenntnis, Gebet, Fasten, Almosen und eine Pilgerfahrt. Durch Erfüllung dieser gelangt man schlussendlich ins Paradies.

Dukkha ist das Leiden, was durch die Gier nach Leben, Macht und Lust ausgelöst wird. Der „Edle achtfache Pfad“ und das Befolgen von vier edlen Wahrheiten kann hier helfen dies zu überwinden, die endlose Wiedergeburt zu beenden und anschließend erleuchtet zu sein. Diese Erleuchtung ist das Gelangen ins Nirvana.

*„Der Sinn des Lebens
ist die Vereinigung
mit dem kosmischen
Geist.“*



– Hinduist*innen

*„Der Sinn im Leben
ist die Gemeinschaft
mit Gott und den
anderen Menschen
zu pflegen.“*



– Christ*innen

Die Beziehung zu Gott und zu den Mitmenschen ist ein zentrales Element. Dabei spielen vor allem Nächstenliebe, die Vergebung von Sünden und der Glaube an die Erlösung von Jesus Christus eine Rolle. Die Taufe ist der Startpunkt des Lebens, da der Mensch so von Sünden befreit und in die Gemeinschaft aufgenommen wird.

Moksha ist die endlose Wiedergeburt im Hinduismus. Das Ziel ist dieses ewige Karussell zu durchbrechen. Der Weg beinhaltet die vier Lebensziele: Dharma (Pflicht, Ethik), Artha (Wohlstand, Fülle), Kama (Freude, Sinnesbefriedigung) und Moksha (Streben nach Befreiung) sowie manchmal auch Bhakti (Gottesliebe).

*„Der Sinn im Leben
ist die göttlichen
Gebote zu befolgen
und somit ein
moralisch gutes
Leben zu führen.“*



– Juden und Jüdinnen

Wer hat's gemacht?



*„Mein Sinn im Leben ist mit der Natur verbunden zu
sein und die Welt ein bisschen schöner zu machen!“
Auf Instagram kreativchaotische Tagträumerin. Per-
sönlich: sonnige Nachtdenkerin. Beruflich: Illustrato-
rin und Grafikdesignerin. – Melina Reinberger*

Im Tanach sind Gesetze Gottes niedergeschrieben. Es gilt diesen gehorsam zu folgen und somit den göttlichen Willen zu erfüllen. Dabei spielen einerseits die 10 Gebote aber auch die 613 Mizwot (365 Verbote und 248 Gebote) eine Rolle. Inhalte sind vor allem Ethik, Rituale und Soziales sowie Regeln der Ernährung.