

weitverbreitet und nahezu jeder Mensch empfindet sie, bewusst oder unbewusst. Ich lade Sie in diesem Buch ein, mit mir der Frage nachzugehen, wie wir diese innere Stärke finden und ausbauen können. Ich lade Sie ein, mit mir zusammen den Blick nach innen zu werfen und die Frage zu stellen, wie es Ihrer Seele geht.

Unser Leben ereignet sich an der Schnittstelle zwischen der inneren und der äußeren Welt. In unserem Bewusstsein begegnen die sinnlichen Eindrücke des äußeren Lebens den Gedanken, Gefühlen und Entscheidungen des inneren Menschen. Dabei würden vermutlich die meisten Menschen dazu tendieren, die Ereignisse in der äußeren Welt als ihr Leben zu betrachten.

In der äußeren Welt passieren die echten Dinge, hier geht es nicht nur um Gedanken. In

der äußeren Welt werden wir geboren, wir lernen laufen und sprechen, wir gehen in den Kindergarten und in die Schule. In der äußeren Welt bauen wir Freundschaften auf, wir suchen uns einen Partner, wir gründen eine Familie, wir starten eine berufliche Laufbahn und gehen am Ende dieser Laufbahn in Rente. In der äußeren Welt fahren wir in Urlaub, geben Geld aus, engagieren uns ehrenamtlich oder sitzen vor dem Fernseher. In der äußeren Welt suchen wir unseren Platz in der Gesellschaft, wir streben nach Anerkennung und Absicherung, wir sammeln Besitz und suchen Glück und Zufriedenheit. Die äußere Welt ist eine Welt der Sinne. Hier sehen wir, hören wir, riechen, schmecken und fühlen wir. Und ein gutes Leben besteht für viele Menschen darin, diesen Sinnen immer wieder neue Reize zu bieten, immer wieder neue sinnliche Erfahrungen zu

machen. Unser Leben ist eine Aneinanderreihung von Erlebnissen und Erfahrungen in der äußeren Welt.

Um in der äußeren Welt erfolgreich zu sein – und die Leistungsgesellschaft erwartet genau das von uns –, kümmern wir uns darum, wie wir auf andere wirken, wie wir den Ansprüchen und Erwartungen an uns gerecht werden und wie wir unseren Platz in der Gesellschaft einnehmen können. Wir kümmern uns um Aussehen, Schönheit, Fitness und Gesundheit. Biologen und Mediziner haben lange davon geträumt, einen der wesentlichen Baustoffe der äußeren Welt, die menschliche DNA, zu verändern, zum Beispiel, um Erbkrankheiten zu überwinden. Diese Möglichkeit scheint nun zum Greifen nah.

Allerdings stellt sich mit diesem Fortschritt automatisch die Frage, ob man die DNA des

Menschen nicht auch an anderer Stelle »optimieren« sollte. Wenn unser Fokus auf der äußeren Welt liegt, dann ist das nur logisch. Sobald man beginnt, die DNA des Menschen zu verändern, ist der Schritt zum Designerbaby nicht mehr weit. Eltern werden sich dann entscheiden müssen, ob sie ein herkömmliches oder ein optimiertes Kind haben wollen. Eines mit besseren sportlichen Voraussetzungen, mit höherer Intelligenz, mit schöneren Gesichtszügen. Und irgendwann werden sie sich fragen, ob sie wollen, dass ihr Kind zu den wenigen Kindern in der Klasse gehören soll, die nicht optimiert sind.

Unsere Konzentration auf die äußere Welt hat fatale Folgen, denn was für eine Seele in so einem optimierten Menschen wohnt, spielt in den Überlegungen kaum eine Rolle, was zugleich symptomatisch für unsere

Gesellschaft ist. Erfolg ist wichtiger als Charakter, Leistung zählt mehr als gute Werte. Die äußere Welt ist eine materielle Welt, in der die Sinne befriedigt werden wollen.

Nun lebt der Mensch an der Schnittstelle zwischen der äußeren und der inneren Welt. In unserem Leben trifft das, was wir an Erlebnissen in der äußeren Welt machen, auf das, was ich die innere Welt des Menschen oder auch die Seele nennen möchte.

Unser Leben passiert nicht nur dort draußen – alles, was dort draußen geschieht, hat ein Echo in unserem Inneren. Unser inneres Leben besteht aus unseren Gedanken, unseren Gefühlen, unseren Überzeugungen und Werten. Zu unserem inneren Leben gehören unser Charakter und unsere Persönlichkeit. In unserem Inneren laufen Denkprozesse ab, wir beurteilen Situationen, wir wägen ab, wir