

Reflektierte Lebenskunst

Am **05. Juni 2025** war PD Dr. Theo Baars beim KAR zu Besuch.



Es war der Gedenktag des hl. Bonifatius, dem Apostel Europas. In seiner Predigt wies Pater Karl OFM darauf hin, dass das Bekenntnis zu Christus kein Kuschelkurs ist, sondern Mut und Hingabe erfordert. Mit Blick auf die vielen verfolgten Christen in der Welt zeigte er die Gefahren auf, die daraus entstehen können, damals zu Zeiten Bonifatius (er starb mit 80 Jahren als Märtyrer) wie heute insbesondere in totalitären Staaten.

Auch bei uns in Deutschland treffen bekennende Christen auf Widerstand, auf Geringschätzung und Hohn. Dieser Widerstand ist es, den Jesus selbst erfahren hat und seinen Jüngern vorausgesagt. „Freut euch und jubelt“ sagt er, „denn euer Lohn groß sein wird, wenn ihr um des Himmelsreiches Willen leidet.“

Im Anschluss an die hl. Messe folgte nach einem Imbiss dann der Vortrag „Worauf es im Leben ankommt“ von Dr. Theo Baars. Der Christ findet seine Erfüllung in (dem Bekenntnis zu) Gott – wie schon in der Predigt anklang. Aber der studierte Theologe und praktizierende Kardiologe Baars kommt mit vielen Menschen in Kontakt, die in dieser Welt glücklich werden wollen. „Alles was wir wolln auf Erden, wir wolln alle glücklich werden“.

So gibt es in der Menschheit schon immer die Suche nach Glück. Bei den alten Griechen waren es Platon und Aristoteles, die darüber philosophierten. Im Hellenismus setzte Epikur auf das Lustprinzip, die Stoiker (z.B. Seneca) eher auf die Vernunft. Im Alten Testament waren es die 10 Gebote, im neuen Testament die Bergpredigt. In der Renaissance wurde die Eigenverantwortlichkeit zum Glück betont. In der neuzeitlichen Wissenschaft versuchte man die Rolle der Glückshormone zu erforschen („Happyologie“), von Endomorphinen (Rausch und Ernüchterung) bis hin zu Oxytocin (stabile Gemütslage).



Von links: Dr. Theo Baars, Dr. H.G. Kregel, Pfr. Helmut Wiechmann

An 5 Punkten versuchte Dr. Baars wesentliche Aspekte der reflektierten Lebenskunst festzumachen:

1. Was lohnt, was ist der Sinn des Lebens? Zentral ist hier der innere Frieden, der als Abwesenheit von Konkurrenzdenken entstehen kann und zudem den anderen sein lässt wie er ist (Toleranz)
2. Sehnsucht nach Freiheit: Das Bekämpfen von Zwängen, seien es innere oder von außen kommende, macht frei.
3. Ängste sind Antrieb und zugleich zu meisternde Herausforderungen: Erkannte Freiheiten verdeutlichen die Eigenverantwortlichkeit des Einzelnen und erzeugen zugleich ein Angstgefühl, ein Gefühl der Verlassenheit. Hier kann der Glaube bei der Richtungsentscheidung helfen und das Gebet das Angstgefühl überwinden.
4. Nur die Liebe lässt uns leben. Dabei gibt es viele Formen der Liebe: Freundschaft (Philia, Schönheit der Seele), Eros (begehrend – hormonell), Agape (Hingabe), Ekstase (vgl. Meister Eckhardt) und Feindesliebe (Jesus). Jede Liebe ist ein Wagnis, das eingegangen werden muss (Blamiere dich täglich).
5. Freude, die von innen kommt: Jedes Leben braucht Energiequellen und Lichtblicke. Hierauf sollte man sich konzentrieren, um die Freude am Leben nicht zu verlieren. Ein wichtiges Moment scheint hier die Dankbarkeit für Geschenktes zu sein.

Als Ernstfall der reflektierten Lebenskunst nennt Dr. Baars Schicksalsschläge. Nicht nur Hiob hat verstanden, diese zu meistern. Letztlich ist ihm dies gelungen durch seine Dankbarkeit für Geschenkte (der Herr hat's gegeben, der Herr hat's genommen) als auch durch sein Vertrauen darauf, dass Gott alles zum Guten wenden wird.

Franz Kampmann