

Die Welt neu sehen

Genieß dein Leben
und hör auf dein Herz

Vom selben Autor:

- *Das Vaterunser*, Die sieben Antworten auf die entscheidenden Fragen unseres Daseins, Parvis-Verlag, 2015
- *Christus hilft dir und heilt dich!*, Ostern heute erfahren, Parvis-Verlag, 2017
- *Christliche Spiritualität als Kraftquelle*, Wie Sie in drei Wochen dem Lebensmeister begegnen, Christiana-Verlag, 2010

© Dezember 2020

Parvis-Verlag
Route de l'Eglise 71
1648 Hauteville
Schweiz

Tel. 0041 26 915 93 93

Fax 0041 26 915 93 99

buchhandlung@parvis.ch

www.parvis.ch

Alle Rechte, auch die des Teilabdruckes, vorbehalten.

Gedruckt in der EU

ISBN 978-288022-915-3

Pfarrer Urs-Beat Fringeli

Die Welt neu sehen

Genieß dein Leben
und hör auf dein Herz



Parvis-Verlag
1648 Hauteville / Schweiz

«Wir erfahren wahre Freude,
wenn wir uns entschließen,
in Freiheit und mit Verantwortung
so zu leben, wie es uns guttut!»

Pfr. Urs-Beat Fringeli

Vorwort

Das vorliegende kleine Buch will nicht moralisieren, es geht von Fakten aus. Diese werden mit einem humanen und ganzheitlichen Welt- und Menschenbild verbunden. Der Leitgedanke ist: Welches Verhalten ermöglicht uns Menschen heute ein hohes Maß an Lebensqualität, ohne dass wir dabei auf Kosten benachteiligter Menschen, kommender Generationen oder der Mitwelt leben? Diese Benachteiligung ist direkt oder indirekt mit der Umweltzerstörung verbunden, auch wenn man das nicht auf den ersten Blick sieht.

Wir Menschen haben heute in den modernen Industriestaaten viele Möglichkeiten, unser Leben autonom zu gestalten. Und wir verfügen über eine sehr große Macht. Gleichzeitig erfahren wir aber auch immer wieder, wie uns das Leben Grenzen setzt. So zeigte und zeigt die Corona-Pandemie, wie ein Virus das globale und gewohnte Leben der Menschheit zum Stillstand bringen kann. Diese Pandemie hat exemplarisch deutlich gemacht, dass die Freiheit des Menschen mit Lebensfreude oder Glück zusammenhängt. Was ist Freiheit? Was ist Glück?

Um glücklich zu leben, braucht der Mensch eigentlich nur eins: den inneren Frieden. Diesen Frieden kann er in sich finden. Er ist verwandt mit Vertrauen und Freude. Wo oder wann erfahren Sie diese? Sie werden vielleicht denken: «Die Antwort darauf ist einfach: indem ich mein Leben genieße!» Diese Antwort wäre aber m.E. *zu einfach*. Mit dem vorliegenden kleinen Buch will ich das begründen. Dauerhafte und tiefe Freude

kommt nicht ohne Reflexion des Lebens aus. Sonst verfallen wir einem Hedonismus, der letztlich die Würde unseres Menschseins untergräbt.

Aber um es gleich zu sagen: Wie müssen auf nichts Wesentliches in unserem Leben verzichten, wenn wir eine plausible und einleuchtende Antwort auf die Frage finden, wie wir heute mit Sinn, Vertrauen und Freude leben können!

Ich möchte Sie auffordern, Einsichten mit mir zu teilen, die helfen, so zu leben, wie es uns wirklich guttut. Und weil die wichtigsten Elemente unseres Daseins die Liebe, die Freude und die Freiheit sind, geht es auch um eine «Spiritualität der Freiheit». Die Freiheit, die ich meine, ist eine Freiheit des Herzens. Denn was wäre eine Freiheit ohne Freude, ohne das Herz, d.h. die Liebe? Wenn unser Herz nicht dabei ist, dann kann es keine gute Freiheit sein. Es gibt deshalb keine wahre Freiheit ohne Liebe. Die Freiheit, die ich mit den folgenden Zeilen beschreibe, ist eine Freiheit, die uns eine dauerhafte Freude schenkt.

Diese Zeilen sind also eine Anleitung zur Freude! – Zu einer Freude, die Sie sich im *tiefsten Herzen* wünschen und ersehnen. Denn diese wahre Freude finden Sie nicht in der Welt, sondern eben nur in Ihrem Herzen! Mit «Herz» meine ich unser eigenes seelisches Wahrnehmungsorgan, der Kern der Seele, der eine Freundschaft mit der Welt und mit anderen Menschen eingehen will. Freundschaft ist verbunden mit Freude.

Das Thema dieses kleinen Buches ist und bleibt wohl in den kommenden Jahren aktuell. Darüber hinaus habe ich es aus einer persönlichen Betroffenheit verfasst.

Lärmbelastung, Mitweltzerstörung und kranke Menschen haben mich bewogen, die Wurzeln dieser Krisen zu erkennen und zu verstehen.

Wir wissen aus Erfahrung: Alle Extreme sind ungesund, schaden uns letztlich. Doch oft verlieren viele von uns das gesunde Maß. Letztlich verlieren wir damit unsere Freiheit. Vielleicht denken Sie jetzt: «Was hat ein maßvolles Leben mit meiner Freiheit zu tun?» Ich bin einverstanden, dass ein Mensch unter «Freiheit» verstehen könnte, immer das zu tun, was ihm gerade passt. Aber damit schränkt er – ob er es merkt oder nicht, ob er es wahrhaben will oder nicht – seine Freiheit ein. Denn indem er z.B. seine Gesundheit ruiniert, weil er z.B. Lust hat, sich immer wieder zu betrinken, verhindert er unter Umständen, dass er noch viele Jahre seine Freiheit genießen könnte, weil er an Leberkrebs stirbt. Abgesehen davon, dass der Alkoholkonsum ihn auch in eine Abhängigkeit drängen kann, was ja auch Unfreiheit bedeutet. Letztlich verliert ein Mensch seine Freiheit, wenn er seine Mitte verliert. Und diese Mitte ist und bleibt oft ein Kompromiss. Unter Umständen muss der Mensch bis zu einem gewissen Grad seine persönlichen Bedürfnisse aufgeben, um die Liebe des anderen Menschen zu erhalten. Ein Mensch, der immer nur auf seine Bedürfnisse schaut, wird Egoist genannt. Wenn es wahr ist, dass die Liebe das stärkste Gefühl ist, das wir Menschen erleben können, dann endet diese Liebe nicht bei der Selbstliebe. Auch dies entspringt einer menschlichen Erfahrung. Diese Schrift geht von einem ganzheitlichen Welt- und Menschenbild aus, das die spirituelle Dimension einschließt. Deshalb bin ich zutiefst überzeugt, dass die

Liebe zu den anderen Menschen, zu den Geschöpfen und zur Mitwelt in uns verankert ist, ja, sie macht unser wahres und freies Menschsein aus. Somit gibt es keine echte Freude, wenn wir gegen unser Gewissen handeln. Lieben wir so. Genießen wir so unsere Freiheit! Erst diese Liebe lässt unser Herz in wahrer Freude und in wahrer Freiheit schlagen!

Pfr. Urs-Beat Fringeli

TEIL 1

Die Freiheit, die uns guttut

1. Von der Freiheit, ein Mensch zu sein

Wir Menschen wollen so leben, wie es uns guttut. Wir sehnen uns nach Glück.

Was ist Glück? Darüber ist schon viel geschrieben worden. Ich werde versuchen, auf diese Frage eine Antwort im Zusammenhang mit der Freiheit zu geben. Freiheit ist wohl die Bedingung zum Glück. Denn wer kann ohne Freiheit glücklich sein? Deshalb gehe ich der Frage nach, was Freiheit wirklich bedeutet. Diese Aussage ist entscheidend.

Der einzelne Mensch erkennt sich heute durch die Vernetzung stärker als einer von sehr vielen.

Sie und ich haben viele Möglichkeiten, ein Leben zu führen, das uns passt. Man muss nicht einfach im Geschäft des Vaters arbeiten, um nur ein Beispiel zu nennen.

Es wird heute von «Selbstverwirklichung» gesprochen. Doch die Bedingung dafür ist Selbsterkenntnis.

In meiner Jugendzeit haben wir spaßhaft gesagt: «Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zur Besserung.» Heute wird mir klar: «Selbsterkenntnis ist der erste Schritt zur Freiheit, die uns guttut.» Wer oder was ist ein *Mensch*?

Wer oder was sind Sie, bin ich?

Ein Körnchen Wahrheit

In der Evolutionsgeschichte kommt der Mensch «nach» dem Tier. Darf ich Ihnen dazu einen Witz erzählen? In jedem Witz steckt bekanntlich ein Körnchen Wahrheit.

«Der Sohn kommt von der Schule heim und berichtet seinem Vater, er habe gelernt, dass der Mensch vom Affen abstammt. Der Vater ärgert sich und sagt: “Du vielleicht schon, ich aber nicht.”»

Heute findet diese Diskussion über die Abstammung des Menschen keine so große Beachtung mehr. Wir haben viel mit den Affen gemeinsam. Aber die Unterschiede sind deutlich und relevant. Kürzlich sah ich im Internet ein Video, da wurde gefilmt, wie ein Affe mit einem Stock einen Löwen in die Flucht schlug. Ich dachte dabei: Können wir Menschen «das Raubtier in uns» besiegen?

Bleiben wir noch kurz beim Witz, der die alte Frage nach der Herkunft des Menschen anspricht. Zuerst ist der Mensch ein Wesen, das sich selber erkennen will. Somit sucht er auch seine Stellung in der Welt zu ergründen. Der Affe überlegt sich kaum, wer er ist. Er muss es nicht. Er ist ein Tier. Ein Tier stellt keine Fragen.

Aber der Mensch schon. Indem er Fragen stellt, besiegt er das Animalische in sich.

Menschen haben Religionen, Philosophien, Künste und Psychologie entwickelt.

Mag es hier wie eine pauschale Behauptung stehen: Sie alle drehen sich letztlich direkt oder indirekt auch um die Frage des Menschen: «Wer bin ich?»

Der Mensch überhebt sich über das Tierreich und damit über den Affen. Gerade weil er so fragen kann.

Ohne Zweifel hat sich der Mensch in der Schöpfung breitgemacht. Er hat die Herrschaft über alle anderen Reiche übernommen. Oft missbraucht er leider seine Freiheit, indem er die Schöpfung zerstört.

Als untrügliches Indiz dafür sind dabei die Atommacht und die Atombombe zu nennen. Damit kann er eine übermenschliche Energie entfesseln, damit könnte er die Menschheit und somit sich selbst ausrotten.

Spätestens diese Möglichkeit muss uns die alte Frage wieder neu stellen lassen: «Wer sind wir?»

Geniale Erfinder? Ja. Wesen, die das Leben selber neu erfinden, indem sie zum Beispiel eine technische Intelligenz schaffen? Nehmen wir nur einen europäischen Geschichtsatlas zur Hand, dann sehen wir: Unsere (europäische) Vergangenheit war eigentlich eine einzige Geschichte des Krieges. Zuerst haben sich Städte bekriegt, dann Fürstentümer, später Nationen. Jeder Krieg raubt den Menschen ihre Freiheit. Heute wird auch Krieg gegen das gesunde Seelenleben geführt.

«Sie hören weit. Sie sehen fern.»

Finden Sie es nicht erstaunlich, dass wir noch leben? Hat sich der Krieg im Zeitalter der Atombombe wirklich selber abgeschafft? Hier ein Gedicht von Erich Kästner:

«Einst haben die Kerls auf den Bäumen gehockt,
behaart und mit böser Visage.

Dann hat man sie aus dem Urwald gelockt
und die Welt asphaltiert und aufgestockt,
bis zur dreißigsten Etage.

Da saßen sie nun, den Flöhen entflohn,
in zentralgeheizten Räumen.

Da sitzen sie nun am Telefon.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	7
--------------	---

TEIL 1

Die Freiheit, die uns guttut

1. Von der Freiheit, ein Mensch zu sein	13
Ein Körnchen Wahrheit.....	13
«Sie hören weit. Sie sehen fern.»	15
Der nächste Evolutionsschritt?	18
Die vergessene Botschaft	19
2. Die Befreiung von der Religion oder die Freiheit der Religion?	22
Die Welt – ein Zufallsprodukt?	24
Können wir heute noch einen Gott ertragen? ...	25
Vom Haben der Sorgen zur Freiheit des Seins ..	26
Aus dem Glas der Naturwissenschaft trinken....	28
Die Kraft der Liebe erfahren	31
3. Das Erlangen der wahren Freiheit durch die Spiritualität der Natur.....	34
Wir finden in uns, was wir suchen	34
Nahrung für die Seele.....	36
Fleisch und Blut	37
Gelassenheit, Freude und Hoffnung	38
Heilung für Leib und Seele	40

4. Die Freiheit der Vernunft und des Glaubens.....	43
Vom Vergnügungspark zum Kraftort	43
Das wahre Menschenbild	43
Zwei Brüder	45
Die Milbe und die Relativitätstheorie	47
Geburtshelfer	49
5. Die Freiheit der Liebe Gottes erfahren.....	52
Die Trennung zwischen Glauben und Wissen....	52
Unter dem Kreuz.....	54
Auferstehung – und die Heimholung der Schöpfung.....	55
6. Freie und befreite Menschen sein.....	57
Gelingt die friedliche Transformation?.....	57
Rettungseinsatz	58
Die Strategie der Urchristen	60
Sich erinnern und vorausgehen.....	61
Mit dem Herzen sehen lernen	66
7. Die Befreiung zur Freiheit	70
Körperwärme	70
Feuerwärme.....	70
Herzenswärme.....	71
Seelenwärme	72

TEIL 2

Die Verantwortung, die uns guttut

8. Der Trend zum natürlichen Leben und die Grenzen unserer Möglichkeiten	81
Verdrängen, ignorieren oder auf die Stimme des Gewissens hören?	83

Interesse an der Welt – Interesse für die Welt	84
Der Spalt in unserer Seele.....	87
Vom Gaspedal zur Bremse.....	87
9. Die gekreuzigte Mutter Erde	89
Die heile Schöpfung in Erinnerung rufen.....	90
Die Bedeutung des Glaubens und die Bedeutung der Vernunft	93
Zwei Meditationen: Vertrauen einüben.....	96
10. Krisen als Chancen?	98
Das Coronavirus und die Erde als Lebewesen ..	99
Die Corona-Pandemie und der Auferstehungsglaube der Christen	100
Menschen wollen einander helfen	102
Ein neues Sehen der Welt	104
Ausklang: In der Liebe daheim.....	106