

## „Innere Balance“ als Thema philosophischer Praxis

Philosophie geht aufs Ganze! Denn „Philosophieren“ heißt, das allzu Selbstverständliche durch produktive Verwirrung in Frage zu stellen, ohne vorschnelle Antworten zu geben. „Philosophische Praxis“ bedeutet, dem Menschen eine Grundorientierung für sein Leben zu vermitteln. Philosophie ist somit auch praktische Lebenshilfe.

Der Vortrag wird einigen zentralen Fragen der menschlichen Existenz nachgehen, von deren Beantwortung es abhängt, ob wir innere Ruhe und Gleichgewicht finden können. Stress, soziale Konflikte, Schicksalsschläge und nicht zuletzt ein Mangel an eindeutigen Sinnorientierungen verunsichern uns in unserer gesamten Existenz: wir fühlen uns oft wie Seiltänzer auf einem schwankenden Seil über einem Abgrund von Sinnlosigkeit und wachsender Verzweiflung. Unsere zahlreichen Pflichten zerren an uns und drohen, uns in die Tiefe zu ziehen. Und was uns am anderen Ende des Seils erwartet, wissen wir nicht.

Daher sind Fragen nach der inneren Balance des Menschen immer auch philosophische Fragen:

- weil wir oft mehr wollen als wir können,
- weil wir manchmal entgegen unseren moralischen Überzeugungen handeln,
- weil nicht selten von verschiedenen Seiten Anforderungen an uns gestellt werden, die uns in Gewissenskonflikte verwickeln,
- weil wir häufig Gefühl und Vernunft nicht in Einklang zu bringen vermögen,
- weil wir angesichts der Kürze des Lebens oftmals nicht wissen, was das Wichtigste für uns ist, um Sinn und Glück zu finden.

Philosophisch gesehen kann es niemals ein endgültiges Gleichgewicht zwischen allen Kräften, keinen vollkommenen Ausgleich zwischen allen Ansprüchen und Anforderungen, die das Leben stellt, geben. Allenfalls können wir ein „dynamisches Gleichgewicht“ erreichen, das uns ein ausgeglichenes *Wachstum nach innen und außen* zugleich erlaubt und eine Freiheit in unserem Handeln, die es jeden Tag aufs Neue zu erproben und zu genießen gilt. Zu diesem Ziel kann auch die philosophische Selbstvergewisserung beitragen: wer sind wir, wo kommen wir her, wohin wollen wir oder sollten wir streben? Der tägliche Tanz auf dem Seil muss uns nicht Angst machen, er kann uns auch bereichern und beglücken!

Im Anschluss an seinen Vortrag wird der Referent Sie zu einer gemeinsamen „philosophischen Meditation“ über einige ausgewählte Bilder und Symbole einladen, durch welche die existenzielle Grundbefindlichkeit des Menschen in der Spannung zwischen Wunsch und Wirklichkeit, Pflichtgefühl und Glücksstreben, Sinnsuche und Zweifel beleuchtet werden soll.

*„Ich bin, aber ich habe mich nicht.*

*Darum werden wir erst!“*

(Ernst Bloch)

Dr. Rainer Paslack  
Philosophischer Lebensberater  
Splittenbreite 36  
33613 Bielefeld  
Telefon/Fax: 0521-885001  
[Phil.Beratung@cbs-netz.de](mailto:Phil.Beratung@cbs-netz.de)

