

# Angst vorm Tod oder Lust aufs Leben?

Jedes Jahr, in der Zeit von Allerheiligen und Allerseelen werden wir etwas mehr als sonst an den Tod erinnert. Sogar in den Medien wird das ansonsten als Tabu bekannte zum Thema gemacht.

Jeder Mensch hat Angst vor dem Tod. Diese Angst beruht darauf, dass wir nicht wirklich etwas über den Tod wissen. Wie es abläuft und was danach kommt kannst du nicht wissen. Und ungewisse Dinge machen uns nun mal Angst. Ist mit dem Tod alles vorbei, oder ist es wie bei unserer Geburt, dass wir in eine andere Welt gehen und alles was wir dort nicht brauchen zurück lassen? Ein Baby, das geboren wird kannte bis dahin nur die Gebärmutter und lässt alles was es bis dahin zum Leben brauchte (Nabelschnur etc.) zurück, weil es das nun nicht mehr braucht

In der Traumdeutung ist der Tod gleichgesetzt mit Wandlung, Umwandlung, Verwandlung. Wenn etwas stirbt, entsteht etwas Neues und es kann nichts Neues entstehen, wenn Altes nicht stirbt. Es ist wie das Atmen; ohne Ausatmen gibt es kein Einatmen

In dem Moment in dem wir anfangen zu leben, sind wir zum Tode verurteilt. Nichts in unserem Leben ist gewiss, außer einer Sache: wir werden sterben. Wir wissen nicht wann, wir wissen nicht wo und wir wissen nicht unter welchen Umständen. Und das Nichtwissen macht uns Angst. Wir haben es nicht unter Kontrolle.



Doch macht es Sinn das Leben zu versäumen aus Angst zu sterben?

Weist du, das mit dem Leben ist wie mit einem Eisbecher. Irgendwann ist er aufgeessen. Du kannst dich freuen, dass du ihn hast und ihn Löffel für Löffel genießen biss zum letzten Löffel hin. Wenn du aber schon beim ersten Löffel betrauerst, dass er irgendwann alle sein wird, schmeckt er nur noch höchstens halb so gut.

Niki Lauda hat einmal gesagt, dass er glaubt, dass man nur deshalb etwas aus seinem Leben machen kann, weil es einmal endet. Man hätte keinerlei Motivation dazu wenn man ewig leben würde.

Die Endlichkeit motiviert dazu JETZT sein Leben zu leben und etwas Besonderes daraus zu machen und nicht erst irgendwann.

Und hat man die Zeit, die einem gegeben wurde (egal ob kurz oder lang) gelebt, bleiben zumindest Erinnerungen – wenn man Glück hat gute Erinnerungen – zurück.

Darum glaub an den Neubeginn unserer Verstorbenen und schenke ihnen Aufmerksamkeit indem du deine Erinnerung an sie auffrischt, an sie denkst, am Grab eine Kerze anzündest und ihnen zu Ehren ein erfülltes Leben lebst!