

# Lang lebe der Deal? Oder nicht?

**Eine Einordnung zwischen „Longevity“ und der Arbeit an der Biographie**  
Gesund alt werden. Sehr alt. Diesen Wunsch haben viele Menschen. Immer mehr reiche Menschen sind dabei, sich diesen Wunsch mit viel Geld zu erkaufen. Das Schlagwort dazu heißt „Longevity“, was übersetzt „Langlebigkeit“ bedeutet. Der Weg: Durch spezielle Präparate und eine auf den Einzelnen abgestimmte Ernährung sollen die biologischen Alterungsprozesse verlangsamt werden; Übungen zur Entspannung und mentalen Ausrichtung sind ebenso zubuchbar wie Coachings hin zu einem erfüllten Leben. Ein guter Deal?

Ja. Vor allem dann, wenn der Einzelne in der Lage ist, sich isoliert zu betrachten; nicht so sehr im Fokus haben würde er dann allerdings jene dreifache Wertschätzung, die erstens auf seine Wurzeln, zweitens auf die anderen Menschen im hier und jetzt und drittens auf die geistige Welt zielt. Goethe spricht in seinem Werk „Wilhelm Meisters Wanderjahre“ in diesem Zusammenhang gar von einer dreifachen Ehrfurcht; und die, so Goethe, könne endlich in eine vierten Ehrfurcht münden – und zwar in der vor sich selbst.

Betrachten wir einmal diese beiden Bilder: hier der Egoist, der all seine Mittel aufbringt, um möglichst gesund möglichst alt zu werden, für sich den besten Deal zu machen; dort der Mensch, der sich selbst findet, indem er in einem ständigen Austausch bleibt mit seiner Herkunft, seinem aktuellen Eingebunden-Sein in der Welt und jenen Geistwesen, die sein Leben durchweben.

Spüren wir noch tiefer in diese beiden Bilder, bildet sich dann hier etwas Kühles und Unverbundenes und dort etwas Warmes und Verbundenes?

## Der freie Wille des Menschen entscheidet über die Richtung

Die gute Nachricht: Wir alle sind weder der eine noch der andere; die Frage ist vielmehr: In welche Richtung will ich mich Kraft meines freien Willens bewegen?

Eine Hilfestellung zur Beantwortung dieser Frage kann die anthroposophisch-künstlerische Biographiearbeit geben. Warum? Weil durch den Blick auf die eigene Biographie so etwas wie ein roter Faden, ein Lebensmotiv oder auch eine Sehnsucht sichtbar werden kann, die den Menschen aus der Zukunft zieht. Mehr noch: Das Gefühl, ein zufälliges Staubkorn im Weltall zu sein, kann sich in ein Gefühl des ewigen Eingebunden-Seins wandeln; und dieses Gefühl kann die Kraft entfalten, eine Ahnung über wiederholte Erdenleben und karmische Notwendigkeiten in der Seele zu wecken.

Viele Menschen sind heute verunsichert durch die Verunmenschlichung der gesellschaftlichen Werte; dort, wo aus dem Menschen heraus Werte wie Güte, Milde und Wohlwollen leben wollen, sind heute immer öfter das Recht des Stärkeren und die Abwertung der sogenannten Gutmenschen lebendig. Die Biographiearbeit appelliert immer auch an den freien Geist in jedem Menschen; und während ein unfreier Geist sich immer an dem orientiert, was andere tun und welche Strafen für Fehlverhalten zu erwarten sind, duldet der freie Geist keine moralische Instanz außer der in seinem tiefsten Inneren.

Biographiearbeit ist ein Werkzeug, diesen freien Geist zu wecken; sie dient dazu, jenseits aller Konventionen aus der eigenen Seele das zu schöpfen, was für den Lebensweg sinnvoll ist. Und eben dieses Sinnerlebnis wirkt dann wie ein Gegenmittel zum egoistischen Deal. Warum? Weil ‚Longevity‘ als Wunsch an sich dann zwar gültig bleibt, aber eben immer nur in der lebendigen Verbindung zur Welt.

### Der Autor:

Jürgen Vogt arbeitet als anthroposophisch-künstlerischer Biographiebegleiter in eigener Praxis; zudem ist er als Dozent in der „Freien Akademie für angewandte Biographiearbeit“ tätig.

Kontakt: [biographiebegleitung.vogt@gmx.de](mailto:biographiebegleitung.vogt@gmx.de), 0176 55679944