

BASTIAN AUE

# DIE SEHNSÜCHTE DES MENSCHEN

und wie sie sein Leben bestimmen

DIE SEHNSÜCHTE DES MENSCHEN – Bastian Aue

AUS LIEBE

# DIE SEHNSUCHTSSAMMLUNG

(blättere einfach drauf los)

Der Mensch sehnt sich danach,  
geliebt zu werden.

Und tut alles dafür, diese Liebe von  
anderen Menschen zu bekommen.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
sich gut zu fühlen.

Und tut alles dafür, dass sich gute  
Gefühle einstellen und die schlechten  
Gefühle verschwinden.



Der Mensch sehnt sich danach,  
gebraucht zu werden.

Und tut alles dafür, dass er sich nützlich  
macht und gebraucht wird.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
genug zu sein.

Und tut alles dafür, dass er erfolgreich  
ist und andere ihm bestätigen, wie gut  
er und wie großartig seine Arbeit ist.



Der Mensch sehnt sich danach,  
unverletzlich zu sein.

Und tut alles dafür,  
dass er sich möglichst eine harte Schale  
aneignet oder einen Zustand der  
Unantastbarkeit erreicht.

---



Der Mensch sehnt sich danach,  
im Herzen berührt zu werden.

Und tut alles dafür, dass er diese  
Berührungen erfährt und öffnet sich  
und sein Herz seiner Umwelt.



Der Mensch sehnt sich danach,  
keine Angst mehr zu haben.

Und tut alles dafür,  
dass er diese nicht spürt.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
verstanden zu werden.

Und tut alles dafür, dass andere  
Menschen ihn verstehen.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
etwas Besonderes zu sein.

Und tut alles dafür, dass er seine  
Besonderheit entdeckt und andere  
Menschen ihn dafür bewundern.



Der Mensch sehnt sich danach,  
einen Sinn im Leben zu haben.

Und tut alles dafür,  
diesen Sinn zu finden.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
anderen zu gefallen.

Und tut alles dafür, dass die anderen  
ihn loben, bewundern und anhimmeln.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
etwas zu tun zu haben.

Und tut alles dafür, dass er sich  
niemals langweilen wird.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
die Kontrolle zu haben.

Und tut alles dafür, diese zu erlangen  
und keinesfalls zu verlieren.

---



Der Mensch sehnt sich danach,  
Geld zu erhalten.

Und tut alles dafür, dass er dieses auch  
bekommt und bloß nicht arm wird.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
in einer schönen, guten und heilen  
Welt zu leben.

Und tut alles dafür, dass sie diesem  
Bild auch entspricht und lehnt alles  
Andersartige und Schädliche ab und  
versucht dies auszublenden.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
in Kontakt mit Menschen zu sein.

Und tut alles dafür, dass er Menschen  
begegnet und er niemals einsam ist.



Der Mensch sehnt sich danach,  
sich selbst zu versorgen.

Und tut alles dafür, dass er mit seiner  
Arbeit und seinen Leistungen auch  
genügend Geld bekommt und lehnt  
eine Fremdversorgung kategorisch ab.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Sicherheit.

Und tut alles dafür, dass Gefahren und  
Feinde abgeschirmt und Unsicherheiten  
vermieden werden.

Auch wenn sie ihn einengt.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Vitalität und Kraft.

Und tut alles dafür, dass er möglichst  
viel Energie und Stärke besitzt und bloß  
nicht schlapp und schwach ist.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Geborgenheit.

Und tut alles dafür ein schönes und  
gemütliches Zuhause zu finden und sich  
mit Menschen zu umgeben,  
die ihm dieses Gefühl geben.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
wundervollen Sex zu haben.

Und tut alles dafür,  
dass dem Partner der Sex gefällt.

---



Der Mensch sehnt sich danach,  
bewundert zu werden.

Und tut alles dafür,  
dass er Außergewöhnliches  
erreicht und erschafft.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
zu erleben.

Und tut alles dafür, dass er sein Leben  
mit möglichst vielen, interessanten und  
einzigartigen Erlebnissen füllt.



Der Mensch sehnt sich danach,  
Teil einer Gemeinschaft zu sein.

Und tut alles dafür, dass er von ihnen  
akzeptiert und aufgenommen wird und  
deren Regeln befolgt.



Der Mensch sehnt sich danach,  
etwas zu hinterlassen.

Und tut alles dafür, dass er Formen  
entstehen lässt, die sein Leben  
überdauern und anderen Menschen  
in Erinnerung bleiben.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
die Welt mitzugestalten.

Und tut alles dafür, dass er Einfluss und  
Macht auf die Geschehnisse in der Welt  
und die Handlungen anderer nimmt.



Der Mensch sehnt sich danach,  
für etwas zu stehen.

Und tut alles dafür, dass eine klare  
Identifikation und Position besitzt und  
diese auch von anderen Menschen als  
solche wahrgenommen wird.



Der Mensch sehnt sich danach,  
erfolgreich zu sein.

Und tut alles dafür, dass er dies auch ist  
und es bloß zu vermeiden, dass er  
scheitert und ein Verlierer ist.



Der Mensch sehnt sich danach,  
Antworten auf seine Fragen zu erhalten.

Und tut alles dafür,  
dass er endlich eine Antwort findet.

---



Der Mensch sehnt sich nach  
Unterhaltung.

Und tut alles dafür,  
dass er sich bloß nicht langweilt.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
erfüllt zu sein.

Und tut alles dafür, dass er die innere  
Leere mit besonders wertvollen und  
möglichst vielen Dingen stopft.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Orientierung.

Und tut alles dafür, dass er sie erhält.  
Auch wenn sie ihn von sich weg führt.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
gewollt und willkommen zu sein.

Und tut alles dafür, dass er dieses  
Gefühl von anderen Menschen erhält.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Ordnung & Struktur.

Und tut alles dafür,  
dass er diese bekommt.  
Auch wenn sie nicht die Seine ist.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
Gutes zu tun.

Und tut alles dafür,  
dass seine Handlungen einen  
positiven Beitrag leisten und ihm  
jemand dankbar dafür ist.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
etwas zu erschaffen.

Und tut alles dafür,  
dass er kreativ und schöpferisch ist  
und ihm viele Ideen kommen.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Harmonie.

Und tut alles dafür, dass ihn  
disharmonische Formen nicht erreichen  
oder diese möglichst rasch  
umgewandelt werden.





Der Mensch sehnt sich danach  
Ziele zu haben.

Und tut alles dafür, dass er  
diese Ziele auch erreicht.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
einem schönen Leben.

Und tut alles dafür, dass er die Regeln  
des Lebens versteht und sich  
dementsprechend verhalten kann.



Der Mensch sehnt sich danach,  
glücklich zu sein.

Und tut alles dafür, dass er sich so fühlt  
und dass die anderen Menschen  
es ihm auch ansehen.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
die Dinge in Bewegung zu bringen.

Und tut alles dafür, dass alles immer im  
Fluss und in Bewegung bleibt und  
nichts zum Stillstand gelangt.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
seine Träume zu verwirklichen.

Und tut alles dafür, dass diese auch in  
Erfüllung gehen und leidet darunter,  
wenn das nicht auszureichen scheint.



Der Mensch sehnt sich nach  
Anerkennung.

Und tut alles dafür, dass andere  
Menschen ihm diese geben.

---

Der Mensch sehnt sich danach  
Freunde zu haben.

Und tut alles dafür, dass er diese findet  
und möglichst nicht mehr verliert.



Der Mensch sehnt sich danach,  
sich mit schönen Dingen zu umgeben.

Und tut alles dafür,  
dass diese zu ihm gelangen und  
er über das nötige Geld verfügt,  
um sich diese Dinge kaufen zu können.

---



Der Mensch sehnt sich nach  
Beständigkeit.

Und tut alles dafür, dass alles so bleibt,  
wie es gerade ist und möglichst keine  
Veränderungen stattfinden.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Vertrauen.

Und tut alles dafür, dass er sich selbst  
vertrauen kann und Vertrauen von  
anderen Menschen erhält.



Der Mensch sehnt sich nach  
Unterstützung.

Und tut alles dafür, dass er anderen  
Menschen helfen kann und von ihnen  
ebenfalls unterstützt wird.



Der Mensch sehnt sich nach  
Verbesserung.

Und tut alles dafür, dass sich seine  
Lebensumstände, seine Gefühle, die  
Welt und alles Mögliche verbessern.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
Dinge fertig zu stellen.

Und tut alles dafür, dass angefangene  
Dinge ein definiertes Ende haben,  
welches möglichst zeitnah  
zu erreichen ist.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Verbundenheit.

Und tut alles dafür, dass er sich mit  
allem und jedem und natürlich mit sich  
selbst vereint und meidet alles  
Trennende und lehnt Trennungen und  
Abgrenzungen kategorisch ab.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
einem möglichst langen Leben.

Und tut alles dafür,  
dass er dieses auch erreicht.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
gut zu sein.

Und tut alles dafür, dass er dieses auch  
ist und Schlechtes von sich fernhält.

---



Der Mensch sehnt sich nach  
Gesundheit.

Und tut alles dafür, dass er nicht krank  
wird, Ungesundes vermeidet und wenn  
er einmal krank ist, dass er dann  
möglichst schnell wieder gesund  
und geheilt wird.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Schutz.

Und tut alles dafür, dass er beschützt  
und nicht angreifbar ist.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
geführt zu werden.

Und tut alles dafür,  
dass er eine Führung erfährt –  
sei es von innen oder von außen.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Schönheit und Ästhetik.

Und tut alles dafür, dass er diese  
Ansprüche auch erfüllt und seinem  
Idealbild immer näher rückt.



Der Mensch sehnt sich nach  
Beachtung.

Und tut alles dafür, dass er sich  
anderen mitteilt und von ihnen die  
entsprechende Beachtung bekommt.



Der Mensch sehnt sich nach  
Wundern.

Und tut alles dafür, dass sein Glaube  
an Wunder nicht erlischt und seine  
Hoffnung niemals enden wird.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Gerechtigkeit.

Und tut alles dafür, dass er diese  
Gerechtigkeit auch erfährt und  
Ungerechtigkeit bestraft wird.



Der Mensch sehnt sich danach,  
sich leicht zu fühlen.

Und tut alles dafür,  
dass er seinen Ballast abwirft.

---



Der Mensch sehnt sich danach,  
Freude und Spaß zu haben.

Und tut alles dafür, dass er Erlebnisse,  
Gespräche und Handlungen in den  
Vordergrund rückt, die ihm dies  
ermöglichen und die ernsten und  
traurigen Themen meidet.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
frei zu sein.

Und tut alles dafür, dass er sich von  
Begrenzungen und Fesselungen befreit.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Gelassenheit.

Und tut alles dafür, dass er diesen  
Zustand erreicht und anschließend  
aufwühlende und bewegende Themen  
und Berührungen meidet oder  
herunterspielt, um diesen Zustand  
nicht zu verlieren.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
nicht leiden zu müssen.

Und tut alles dafür, dass er gesund  
bleibt und schmerzhaften  
Entscheidungen und Situationen aus  
dem Weg geht oder sie gar nicht erst  
an sich heran lässt.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Ausgeglichenheit.

Und tut alles dafür, dass er in dieser  
Balance bleibt und diese nicht durch zu  
große Bewegung oder Intensität wieder  
verliert. Er bleibt lieber in der Mitte.



Der Mensch sehnt sich danach,  
gehalten zu werden.

Und tut alles dafür, dass er diesen Halt  
von anderen Menschen erfährt. Dies  
können auch Situationen sein, die er  
bewusst oder unbewusst herbeiführt,  
um dieses Gefühl zu erleben.

---

Der Mensch sehnt sich nach  
Tiefe.

Und tut alles dafür, dass er diese Tiefe  
erfährt und gräbt tiefer und tiefer.

---

Der Mensch sehnt sich danach,  
richtig zu handeln.

Und tut alles dafür, dass er nach den  
entsprechenden Vorgaben und Regeln  
agiert. Mögen es seine eigenen und  
fremdgeschaffene Regeln sein.

---



Der Mensch sehnt sich danach,  
Teil von etwas Größerem zu sein.

Und tut alles dafür, dass er sich diesem  
Größeren hingibt und ihm vertraut,  
dass dieses für ihn sorgt und ihm eine  
wichtige Aufgabe zugeteilt hat.



Der Mensch sehnt sich danach,  
ganz er selbst zu sein.

Doch traut sich meistens nicht, sich  
selbst zu erkunden und sein Leben so  
zu gestalten, wie er sich das wünscht.

