

## Typ SIEBEN: Entwickelte Lebenskünstler

# Psychisch gesunde Lebenskünstler



**Rudi Rastlos ist der notorische Optimist unter den Pbl-Typen. Er verdrängt alles, was nach Schmerz, Mangel oder Langeweile riecht.**

**Lebenskünstler werden psychisch gesund, wenn sie ihre Balance im Denken, Fühlen und Handeln finden. Sie sind dankbar für die vielen Begabungen, die ihnen das Leben so reichlich geschenkt hat.**

Lebenslustige Lebenskünstler sind die notorischen Optimisten unter den Pbl-Typen. Hier finden wir Multitalente, Tausendsassa, Trendsetter, Enthusiasten, Epikureer, Hyperaktive, Frohnaturen. Aber sie haben auch eine Schattenseite. Sie verdrängen und ignorieren alles, was nach Schmerz, Mangel oder Langeweile riecht.

Lebenskünstler werden psychisch gesund, wenn sie sich auch diesen Elementen des Lebens stellen und lernen, mit ihnen umzugehen. Sie behalten ihren Optimismus und gewinnen an echter Lebensfreude hinzu. Psychisch gesunde Lebenskünstler sind dankbar für die vielseitigen Begabungen, die das Leben ihnen geschenkt hat. Sie gehen mehr auf die Befindlichkeiten ihrer Mitmenschen ein. Ihre Kommunikation verliert den plapperhaft-geschwätzigen Grundton und gewinnt an Tiefgang. Sie nehmen das Leben in seiner ganzen Breite wahr: Das Schöne und das Hässliche, das Angenehme und das Schmerzhafte.

## **Defizite im Denken und/oder Fühlen**

Der Lebenskünstler flieht vor der Langeweile. Er will sich amüsieren und möglichst viele verschiedene Erfahrungen machen. Materieller Besitz ist ihm wichtig, um sich immer neue Vergnügungen leisten zu können. Er stürzt sich ständig in neue Aktivitäten. Um der Langeweile zu entgehen, sucht er nach immer neuen Reizen und Anregungen, ist in ständiger Bewegung und läuft immer irgendwelchen Zerstreuungen nach. Der Lebenskünstler hat Defizite in den Bereichen DENKEN und/oder FÜHLEN.

## **Vergnügungssucht durch Lebensfreude ersetzen**

Die empfohlene **Integrationslinie** zeigt in Richtung ‚tief empfundene Lebensfreude‘. Dabei büßt der Lebenskünstler nichts von seiner optimistischen, lebensbejahenden Ausstrahlung ein. Er erlebt eine beinahe ehrfürchtige Dankbarkeit für seine vielseitigen Begabungen, die ihm wie ein Geschenk vorkommen. Er lässt sich auf tiefgreifende Erfahrungen ein und geht selbst stärker auf die Befindlichkeiten seiner Mitmenschen ein. Seine Kommunikation verliert den plapperhaft-geschwätigen Grundton und erhält mehr Tiefgang. Er verlangsamt sein Lebenstempo und lernt, das Leben in seiner ganzen Komplexität wahrzunehmen und zu akzeptieren: Das Schöne und das Hässliche, das Angenehme und das Schmerzhafte. Er verdrängt die unangenehmen Aspekte nicht mehr und wird damit ganz und heil.

**Der entwickelte Lebenskünstler** ist eine lebenszugewandte Frohnatur, die gute Laune verbreitet, ihre Erfahrungen mit Tiefgang verarbeitet und den Wundern des Lebens voller Faszination, Achtung und Dankbarkeit gegenübersteht. Er ist mit vielen Talenten gesegnet. Er ist glücklich, munter, voller Energie und Aktivität, Begeisterungsfähigkeit und Spontaneität. Wir finden diesen Typ in drei Ausprägungen wieder: Der ekstatische Genießer, der glückliche Enthusiast und der tüchtige Alleskönner.

## **Die drei entwickelten Ausprägungen**

**Der ekstatische Genießer** ist Realist genug, um der Welt so zu begegnen, wie sie ist. Er entdeckt, dass alles, was das Leben für ihn bereithält, genug ist, um ihn zufriedenzustellen. Er wird durch eine tiefe Erfahrung der Realität geradezu ekstatisch glücklich und liebt das Leben so, wie es ist.

**Der glückliche Enthusiast** ist für Erfahrungen in einer Weise offen, wie kein anderer Persönlichkeitstyp. Die sinnliche Welt erregt ihn. Er möchte, dass seine Begeisterung für sie so lange wie möglich anhält und so vielfältig und angenehm wie möglich ist. Er lebt eher in einer äußeren Welt, in einem Netzwerk von Aktivitäten und Interessen.

**Der tüchtige Alleskönner** ist außerordentlich praktisch und produktiv und ihm gelingt eigentlich alles, was er anfasst. Er ist überreichlich begabt und es ist erstaunlich, an wie vielen

Dingen er seinen Spaß hat. Er kommt mit allem beneidenswert gut zurecht: Er spricht mehrere Sprachen, spielt mehrere Musikinstrumente, ist in seinem Beruf außerordentlich tüchtig, kann gut kochen, Ski fahren, weiß Bescheid über Kunst, Musik, Theater und vieles andere mehr.

Geben wir Rudi Rastlos noch eine kleine Geschichte mit auf seinen weiteren Entwicklungsweg hin zum Gleichgewicht im Denken, Fühlen und Handeln.

### ***Schießkunst***

*Ein König besuchte einmal eine kleine Stadt und fand überall Anzeichen einer verblüffenden Schießkunst. Bäume, Zäune und Wände waren mit Kreisen bemalt und hatten genau in der Mitte ein Einschussloch. Der Meisterschütze stellte sich als ein zehnjähriger Junge heraus.*

*„Das ist doch unglaublich“! sagte der König erstaunt. „Wie um alles in der Welt bringst du das fertig“? „Kinderleicht“, war die Antwort. „Ich schieße zuerst und male dann die Kreise“.*