

Weden und Vergehen – Biographische und phänomenologische Reflexionen

Artikel veröffentlicht in der "Zeit-Schrift für Biographiearbeit", Nr. 13, Ostern 2014

Als junger etwas zwanzig jähriger Krankenwagenfahrer bin ich dem Thema Werden in Vergehen zunächst in Ausnahmesituationen, als verletzt sein, mit Sterben und Tod konfrontiert worden. Am Studienort im Rhein-Main-Gebiet wurde unsere DRK Studentengruppe häufig an besonders verkehrsunfallgefährdeten Wochenenden zum Dienst einberufen. Irgendwann in den Morgenstunden wurden wir zum ersten Unfallort geschickt und von da ab konnte es passieren, dass wir für mehrere Stunden per Funk zu immer neuen Einsätzen geleitet wurden ohne Zeit zum verschlafen oder nachdenken zu haben. Wir mussten lernen mit den Bildern der Verletzungen, des Leidens und Sterbens umzugehen, was häufig "am besten nicht darüber nachdenken" oder "verdrängen" bedeutete. Manchmal holten einen die Bilder wenn es ruhig wurde oder beim Versuch etwas Schlaf zu bekommen ein. Man fragte sich was man hätte besser machen können, ob diese oder jener im Krankenhaus überlebt hatte, wie es einem selbst in einer solchen Situation gehen würde.

Während dieser Studienzzeit hatte ich Gelegenheit eine solche Unfallsituation am eigenen Leibe zu erleben. Ich kam im Winter auf einer vereisten und verdreckten Landstrasse beim passieren einer Hügelkuppe ins Schleudern, habe das Bewusstsein verloren, wurde von einer Krankenschwester auf Heimweg vom Dienst in einem Stacheldrahtzaun gefunden und von meinen DRK Kollegen ins nächste Krankenhaus transportiert. Mein VW Käfer war ein Totalschaden. Ich hatte ausser einem "Stacheldrahtkratzer" und ein paar blauen Flecken keine Verletzungen, musste aber einige Tage "zur Beobachtung" im Krankenhaus bleiben. Im Laufe dieser Tage kam mir der Gedanke, dass ich hätte tot sein können ohne von meinem Sterben etwas bemerkt zu haben. Als junger Ingenieur Student habe ich mich auf solche Gedanken nicht eingelassen. Ich war froh nicht schwer verletzt zu sein, kaum Schmerzen zu haben und wollte raus aus dem Krankenhaus. Es blieb aber die Einsicht, dass ich mehr oder weniger unbemerkt vom Leben zum Tode hätte gleiten können, dass das Sterben hätte schmerzhaft sein können, aber nicht der Tod. Als ich Jahre später Artikel von Elisabeth Kübler-Ross und Rudolf Steiner zum Thema las, war es einfach der Idee, Sterben als Prozess zu sehen, zu folgen.

Eine Tagung am Goetheanum Anfang der 1980ziger Jahre zum Thema "Das Böse" war ein Augenöffner zum Thema Tod. Durch Vorträge und Aufführungen wurde nachvollziehbar und überzeugend dargestellt, dass es etwas Schlimmeres gibt als den Tod. Dass es möglich ist aus Angst vor dem Tode, oder konkreter einem grausamen Sterbeprozess, alles zu verraten was das Leben sinnvoll und lebenswert macht. Das es Verrat am eigenen Lebensauftrag und Verrat am Leben gibt und die Auswirkungen dessen schlimmer sein können als der Tod.

In Carlos Castanedas "Die Lehren des Don Juan" empfiehlt der schamanistische Lehrer Don Juan seinem Schüler sich den Tod zum Ratgeber zu machen. Er beschreibt den Tod als einen Feind, den man nicht besiegen kann. Er kann aber zum Ratgeber werden, zum Beispiel wenn wir innehalten und uns fragen, ob es sich für das was wir gerade tun oder im Begriffe zu tun sind, zu leben oder gegebenenfalls auch zu sterben lohnt. Als Visualisierungs- und Biographische Schreibübung lohnt es sich, das Leben- oder einen Lebensabschnitt einmal von der Perspektive des Endpunktes zu betrachten. Was wünsche ich mir beim meiner Verabschiedung aus der Berufsarbeit zu hören? Was wären Bestandteile einer ehrlichen für mich gehaltenen Grabrede?

Eine Erweiterung des Sterbe-Prozessverständnisses ergab sich beim Lesen und Experimentieren mit Rudolf Steiners Übungsanweisungen in "Wie Erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?". Das Kapitel "Die Stufen der Einweihung" stellt Übungen zum Erlernen der Sprache der Natur und der äusseren Welt vor, die mit dem Aufmerksam werden für die Prozesse des Werdens und Vergehens beginnen.

"... Der Anfang muss damit gemacht werden, die Aufmerksamkeit der Seele auf gewisse Vorgänge in der uns umgebenden Welt zu lenken. Solche Vorgänge sind das spriessende, wachsende und gedeihende Leben einerseits, und alle Erscheinungen, die mit Verblühen, Verwelken, Absterben zusammenhängen, anderseits. Überall, wohin der Mensch die Augen wendet, sind solche Vorgänge gleichzeitig vorhanden. Und überall rufen sie naturgemäss auch in dem Menschen Gefühle und Gedanken hervor. Aber nicht genug gibt sich, unter gewöhnlichen Verhältnissen, der Mensch diesen Gefühlen und Gedanken hin. Dazu eilt er viel zu rasch von einem Eindruck zum anderen. Es handelt sich darum, dass er intensiv die Aufmerksamkeit ganz bewusst auf diese Tatsachen lenke. ...

Dabei soll man nur ja nicht glauben, dass man weit kommt, wenn man seine Sinne etwa stumpf macht gegen die Welt. Erst schaue man so lebhaft, so genau, als es nur irgend möglich ist, die Dinge an. Dann erst gebe man sich dem in der Seele auflebenden Gefühle, dem aufsteigen- den Gedanken hin. Worauf es ankommt, ist, dass man auf beides, im völligen inneren Gleichgewicht, die Aufmerksamkeit richte. ...¹

Was bitte schön soll das Beobachten von Wachsen und Gedeihen im Gleichgewicht mit dem Beobachten von Verwelken und Absterben zur Entwicklung höherer Erkenntnisfähigkeiten beitragen? Aus dem eigenen Üben, dem kollegialem Austausch und Arbeitsgruppen ergaben sich folgende Beobachtungen. Lebenserfahrungen, Tagesform, Persönlichkeit, In-

¹ Rudolf Steiner, Wie erlangt man Erkenntnisse der höheren Welten?, Gesamtausgabe Bd. 10, S. 43-45, Rudolf Steiner Verlag

strument und Beobachtungsgegenstand beeinflussen die Möglichkeit die beiden Prozesse "im völligen innerem Gleichgewicht" wahrzunehmen. Unterschiedliche **Lebenserfahrungen** lassen unterschiedliche Assoziationen im Beobachter aufsteigen, die mit den Prozessen mehr oder weniger zu tun haben. Die **Tagesform** zeigt sich u.a. an Stufen von Wachheit und Fokussiertheit beim Üben. Die **Persönlichkeit** beeinflusst den Prozess zum Beispiel durch Vorlieben oder Abneigungen. Durch die Fähigkeit schärfer oder unschärfer zu sehen kommt das **Auge** als Sinnesinstrument hinzu. Und nicht zuletzt ist die Beschaffenheit des **Gegenstandes** von Bedeutung. In der Praxis ist es gar nicht einfach gleichermassen und mit innerem Gleichgewicht beide Prozesse zu beobachten!

Um mit der Beschaffenheit des Gegenstandes zum Beispiel einer Pflanze zu beginnen: Je nach Stadium des Wachstumsprozesses oder der Jahreszeit überwiegt natürlicherweise mal das Werden, mal das Vergehen. Einem einigermaßen vorurteilsfreien empathischen Beobachter scheinen die Phänomene des Werdens eher entgegen zu kommen, als die des Vergehens. Es scheint mühsamer zu sein das Vergehen begrifflich zu fassen. Es hilft auch nicht, dem Vergehen mit einer verwelkenden, wenig gegossen Zimmerpflanze nachhelfen zu wollen; sie regt eher zu antipathischen Reaktionen als zu ausgeglichenen Wahrnehmungen des Vergehens an.

Beobachtet man Pflanzen in verschiedene Jahreszeiten oder Prozess-Stufen zeigt sich, dass beim überwiegen Werdekräften grössere Uniformität erscheint, während bei überwiegender Vergehenskräften Charakteristika oder Individuation stärker hervortreten.

Häufige Pflanzenbeobachtungen können zu der Frage führen ob das Blühen und die Blüte, die so charakteristisch für die Pflanze sind, ein Ausdruck von Werdekräften und Vitalität oder eher ein Ausdruck von Vergehenskräften und Substanzaufgabe (Duft) ist. Daran kann sich der Gedanke anschliessen, das Vergehen und Substanzaufgabe auch als Entkörperlichung oder Vergeistigung betrachtet werden kann.

Wiederholtes Üben im Pflanzenreich und der Natur führt dazu die Prozesse immer unbefangener und ausgeglichener wahrnehmen zu können.

Mit der Ausgeglichenheit und Unbefangenheit kann es jedoch schnell vorbei sein, wenn man auf die beiden Prozesse beim einzelnen Menschen oder in sozialen Zusammenhängen aufmerksam wird. Insofern könnten die Beobachtungen der Prozesse in der Natur als Fingerübungen für die "Ausbildung höherer Erkenntnisfähigkeiten" angesehen werden, deren Entwicklungsgrad sich auch daran zeigt, mit welcher Unbefangenheit und Ausgeglichenheit man sich entsprechenden Prozessen im menschlichen und sozialen Kontext stellen kann.

Wie häufig kommt es vor, dass ein Mensch nicht sterben kann, weil ihn seine Angehörigen nicht gehen lassen können? Wie häufig dienen die lebensverlängernden oder gelegentlich vielleicht präziser sterbeverlängernden Mittel der modernen Medizin nicht dem Menschen in seinem Sterbe- oder Vergeistigungsprozess sondern den Angehörigen in ihrem Loslassprozess?

Wie häufig halten wir an gewohnten Sozialen Formen oder Zusammenhängen fest, halten sie durch unsere Lebenskräfte am Leben, obwohl sie jenseits des Verfallsdatums angekommen sind? Wo wäre es angebracht soziale Formen und Verabredungen bewusst mit einem Verfallsdatum zu versehen, um dann zu prüfen ob sie noch dem Leben dienen, ob sie angepasst oder aufgelöst werden müssen? Und wie löst man sie dann würdig auf?

Es gibt biographische Ereignisse, die im Gegensatz zu Taufe und letzte Ölung, nur mit nur einem **Werde-Ritual** ausgestattet sind, zum Beispiel die Hochzeit. Fragt die Anzahl der Trennungen nicht nach einem **Löse-Ritual**? Könnte das hilfreich sein oder ist mit der Kündigung des gemeinsamen Bankkontos und der gemeinsamen Wohnung alles getan?

Was sagt es über das Gleichgewichtsverständnis und die Unbefangenheit im Bereich des Wirtschaftslebens aus, wenn seine Prozesse auf ständiges Wachstum ausgerichtet sind? Jede Pflanze, die unbegrenzt wächst, bricht irgendwann unter ihrem Eigengewicht zusammen.

"Natur! Wir sind von ihr umgeben und umschlungen – unvernünftig, aus ihr herauszutreten, und unvernünftig, tiefer in sie hineinzukommen. Ungebeten und ungewarnt nimmt sie uns in den Kreislauf ihres Tanzes auf und treibt sich mit uns fort, bis wir ermüdet sind und ihrem Arme entfallen. ...

*Ihr Schauspiel ist immer neu, weil sie immer neue Zuschauer schafft. Leben ist ihre schönste Erfindung, und der Tod ist ihr Kunstgriff, viel Leben zu haben."*²

² Die Natur (Essay), Johann Wolfgang von Goethe

Zur Quelldiskussion siehe http://de.wikipedia.org/wiki/Die_Natur_%28Essay%29#cite_note-1