

STUDIENBLÄTTER

Seelisches bei Tod und Sterben

Nr. 2.4

Thema Schmerz II

Dem Schmerzthema können wir von verschiedenen Seiten her begegnen. Schmerz kann ein Entwicklungshelfer sein, ein Wecker für Aufgaben, Tätigkeiten, Erlebnisse, die den Menschen bereichern, die schlummernde Fähigkeiten aufrütteln, Schwächen überwinden helfen.

Warum soll man nicht den Karma-Gedanken so denken, dass ein selbst gewähltes Karma die Aufgabe hat, einen weiter zu bringen? Nur allzu oft wird Karma fatalistisch verstanden. Es stösst einem etwas zu, das Ereignis ist eine Erschwernis, ein Hindernis, etwas, wovon man meint, dass es mit dem persönlichen Lebenslauf und Lebensglück nichts zu tun hat. Unglück, Leid und Schmerz werden dann abgelehnt.

In diesem zweiten Studienblatt zum Schmerz ist die Verbindung zum Thema Karma ein Schwerpunkt. Bereits im Blatt 2.3 wird jedoch das Karma-Thema schon berührt.

Wo es gelingt, sein Karma anzunehmen, öffnen sich Wege zur Überwindung von Leid und Schmerz.

Schmerz und Karma

GA 130 08.02.1912

Grundstimmung dem menschlichen Karma gegenüber

1912 sprach Rudolf Steiner in Wien an über die Grundstimmung die wir dem Karma gegenüber entwickeln können, so dass wir seine Aufgabe und Wirkung verstehen und schätzen können. Wir drucken hier aus dem Vortrag eine längere Passage ab, in welche eine beispielhafte Erzählung eingeflochten ist. Zwischentitel und erläuternde Bemerkungen sollen die Lesbarkeit erleichtern.

Schmerz und Leid gegenüber den Unvollkommenheiten, die wir haben

Warum brauchen wir Trost im Leben? Weil wir eben betrübt sein können über dieses oder jenes, weil wir leiden können, weil uns Schmerzen treffen können. Nun ist es natürlich, dass der Mensch dem Schmerze gegenüber sich fühlt, als ob sich irgendetwas in seinem Innern gegen diesen Schmerz so ablehnend verhalten müsste, dass er sich sagt: Warum muss ich Schmerzen ausstehen, warum trifft mich dieser Schmerz? Könnte denn das Leben für mich nicht auch so verrinnen, dass mich keine Schmerzen treffen, dass ich zufrieden bin? - Derjenige, der diese Frage so stellt, kann zu einer Antwort nur kommen, wenn er sich eine wirkliche Erkenntnis von der Natur unseres menschlichen Karma, des menschlichen Schicksals, verschafft.

Warum leiden wir denn in der Welt? Und es sind damit die äusserlichen Leiden wie auch die innerlichen gemeint, die aus der inneren Organisation aufsteigen, dass wir uns nicht immer genug sind, dass wir nicht immer klar uns zurechtfinden können. Das ist jetzt gemeint. Warum treffen uns solche, uns unbefriedigt lassende Dinge im Leben? Wenn wir uns einlassen auf die Gesetze des Karma, so werden wir sehen, dass unseren Leiden etwas Ähnliches zugrunde liegt, wie dasjenige ist, was im gewöhnlichen Leben zwischen

Geburt und Tod etwa mit folgendem Beispiele sich verdeutlichen lässt, es ist von mir oft schon erwähnt worden:

Das Karma Gesetz. Ein Beispiel

Nehmen wir an, jemand hat bis zum achtzehnten Jahre gelebt aus der Tasche seines Vaters. Dann verliert der Vater das Vermögen, er macht Bankrott. Der Junge muss etwas Rechtes lernen, er muss sich anstrengen. Mit Schmerzen und Entbehrungen trifft ihn das Leben. Wir werden es begreiflich finden, dass dieser junge Mensch recht wenig sympathisch berührt ist von den Schmerzen, die er durchzumachen hat. Nehmen wir an, der betreffende Mensch erreicht sein fünfzigstes Lebensjahr.

Dadurch, dass er damals etwas hat lernen müssen, ist er ein ordentlicher Mensch geworden. Er steht nun fest im Leben und kann sich sagen: So wie ich meine Leiden und Schmerzen damals beurteilt habe, war es im damaligen Zeitpunkte begreiflich; jetzt muss ich aber anders darüber denken, jetzt muss ich sagen, dass mich die Schmerzen nicht hätten treffen können, wenn ich dazumal schon alle Vollkommenheit, wenn auch nur die beschränkten Vollkommenheit eines achtzehn-jährigen Menschen, gehabt hätte. Hätten mich aber die Schmerzen nicht getroffen, wäre ich ein Taugenichts geblieben. Der Schmerz war es, der die Unvollkommenheiten verwandelt hat in eine Vollkommenheit. Diesem Schmerz muss ich es verdanken, dass ich jetzt ein anderer Mensch bin als vor vierzig Jahren. Was hat sich denn dazumal eigentlich bei mir zusammengefunden? Es haben sich zusammengefunden meine Unvollkommenheit, in der ich damals war, und mein Schmerz. Und meine Unvollkommenheit hat gleichsam meinen Schmerz gesucht, damit sie vertrieben werden könnte, damit sie sich in Vollkommenheit verwandeln könne...

Die unterbewusste Lebensführung als „der Gescheitere in uns“

... die weitaus meisten Schmerzen und Leiden werden gesucht von jenen Unvollkommenheiten, die wir herübergebracht haben aus früheren Inkarnationen. Und weil diese Unvollkommenheiten in uns sind, sucht ein Gescheiterer in uns, als wir sind, den Weg zu den Schmerzen, zu den Leiden. Denn das ist eine goldene Regel des Lebens, dass wir alle als Menschen stets einen Gescheiteren in uns tragen, als wir selber sind, einen viel Weiseren. Denn weniger weise ist der, zu dem wir im gewöhnlichen Leben «ich» sagen. Dieser «Weniger-Weise» würde, wenn es ihm überlassen wäre, entweder einen Schmerz aufzusuchen oder eine Lust, den Weg zur Lust gehen. Der «Gescheitere» ist derjenige, der in den Tiefen unseres Unterbewusstseins ruht, zu dem sich unser gewöhnliches Bewusstsein nicht hinab erstreckt. Er verhüllt uns den Blick zu einer leichten Lust und entzündet in uns eine magische Kraft, die den Weg geht zu den Schmerzen hin, ohne dass wir es wissen. Aber was heißt denn: ohne dass wir es wissen? Das heisst, dass der Gescheitere die grössere Macht bekommt über den weniger Gescheiten, und der Gescheitere handelt stets so in uns, dass er unsere Unvollkommenheiten zu unseren Schmerzen hinleitet und uns leiden lässt, weil wir mit jedem inneren und äusseren Leide eine Unvollkommenheit ausmerzen und uns vollkommener machen...

Das Erleben von Lust und Freude.

Nach dem Hinweis, dass das Unterbewusste uns zum Leiden führen kann, worin viel Weisheit liegt, folgt der Hinweis, dass das unterbewusste Schicksal uns auch Lust und Freude beschenken kann. Doch sollen wir uns dieser „Sonnenseite des Lebens“ in einer angemessenen Stimmung hingeben. Lust und Freude seien nicht Folgen unseres eigenen Schaffens und Strebens.

... Es ist so, dass uns Lust und Freude im Leben zufallen als etwas, was uns von der weisen Weltenlenkung ohne unser Zutun gegeben ist, was wir als Gnade hinnehmen müssen, und von dem wir immer erkennen, dass es bestimmt ist, uns einzufügen in das Gesamt-All...

...Während wir also durch unsere Schmerzen und Leiden zu uns selber kommen, uns selbst vollkommener machen, entwickeln wir durch unsere Lust und Freude - aber nur wenn wir sie als Gnade betrachten - dasjenige Gefühl, das man nur nennen kann ein Gefühl des beseligenden Ruhens in den göttlichen Mächten und Kräften der Welt. Und da gibt es als einzig berechtigte Stimmung nur Dankbarkeit gegenüber Lust und Freude.

Der Blick auf das Wertvolle von Leid und Schmerz könnte den Menschen verleiten, das Freudevollte zu verschmähen. Rudolf Steiner betont, dass es gar nicht darum gehe. Askese, wie sie im Mittelalter gerade in der christlichen Lebensführung verbreitet war, kann nicht das Ideal sein. In Lust und Freude sollen wir jedoch fühlen, wie wir in der göttlichen Weisheit aufgehoben sind.

Wer aber sagen würde: Lust und Freude haben etwas Lähmendes und Auslöschendes, deshalb fliehe ich die Lust, die Freude - das Ideal der falschen Askese, der Selbstpeinigung -, der würde fliehen vor der Gnade, die ihm geschenkt wird von den Göttern. Und im Grunde genommen sind fortwährende Auflehnungen gegen die Götter die Selbstpeinigungen der Asketen, Mönche und Nonnen. Es geziemt uns, dass wir die Schmerzen als etwas fühlen, was uns durch unser Karma zukommt, und dass wir die Freude als Gnade fühlen, dass das Göttliche sich zu uns herablassen kann... Das gibt die Grundstimmung gegenüber Karma.

GA 157a 16.11.1915

Leiderlebnisse durch den ersten Weltkrieg.

Ein Vortragszyklus gegen Ende 1915 gehalten, nach einem Jahr schwerer Leiderlebnisse, gibt tiefere Einblicke in die Schicksalszusammenhänge und Wirkungen der Kriegsoffer, die vordergründig sinnlos und nur Leid beladen erscheinen. Der Krieg darf nicht verherrlicht werden! Und doch, das tiefe Leid der Kriegserlebnisse trägt auch Keime in sich, die kräftigend für die Menschheitszukunft wirken können. Menschenschicksale können so als Teil eines Zeiten- und Völkerschicksals verstanden werden. Aus dem als Ganzem sehr lesenswerten Vortrag folgt hier eine längere Passage. Sie knüpft an das Thema der früh verstorbenen Seelen an, über welche er spricht, dass sie mit einer gewissen Leichtigkeit aus dem Erdenleben in die Geistwelt zurückkehren. Das Motiv wird weiter unten nochmals berührt:

... Jeder muss sich seinem Karma fügen und soll nicht denken: Ich möchte in diesem oder jenem Lebensalter sterben; sondern man stirbt in dem Alter, in dem einen das Karma sterben lässt...

Du kommst hinein in eine Welt, aus der du herausgetreten bist. Das ist von einer ungeheuren Wichtigkeit, denn jeder, der so stirbt, wird unmittelbar, wie Sie sehen, von einer gewissen Seite her leichter in die geistige Welt versetzt als einer, der später stirbt. Er trägt also aus dem Rückblick, den er hat nach dem Tode, in sein nächstes Leben zwischen Geburt und Tod ungeheuer viel Spirituelles, ungeheuer viel Geistiges hinein. Und die vielen, die in unserer jetzigen Zeit früh sterben *), die werden auch von diesem Gesichtspunkte aus wichtige Träger der geistigen Wahrheiten und geistigen Erkenntnisse sein, wenn sie in einer nächsten Inkarnation wiederum herunterkommen auf die Erde.

So sieht man, wie der ungeheure Schmerz, der sich ausgiesst über die Welt, doch notwendig ist für den gesamten Verlauf des Daseins. Denn das Blut, das jetzt fließt, wird das Symbolum sein für eine gewisse Erfrischung des spirituellen Lebens in einer gewissen Zukunft, die der gesamten Entwicklung der Menschheit notwendig ist. Denn anders werden die Seelen, die jetzt so früh durch die Pforte des Todes gehen, herunterkommen, die meisten werden anders herunterkommen, als sie heruntergekommen wären, wenn sie im materiellen Dasein bis an die äusserste Grenze des Lebens gekommen und dann gestorben wären. Auch das ist Weisheit der Welt, dass jetzt eine Anzahl von Seelen hinweggerufen werden, damit sie schon in dem Rückblicke und Rückerleben tiefe geistige Geheimnisse auf eine dem Irdischen verwandte Art schauen können. Das ist auch Weisheit der Welt, damit diese Seelen dann erfüllt werden können mit dem, was sie stärker schauen, wenn sie es noch einmal schauen, gestärkt werden durch das kürzere irdische Leben, das sie durchgemacht haben...

... Das Versöhnende für manchen Schmerz muss eben erst errungen werden, und dazu muss der Schmerz erst durchgemacht werden. Ersparen kann uns ja die Geisteswissenschaft gewiss den Schmerz nicht, aber sie kann uns lehren, ihn hinzutragen auf den Altar des Daseins und den Ausgleich zu suchen, und die Weisheit der Welt anzuerkennen trotz allem Schmerz, den sie um höherer Ziele willen verursachen muss. *) gemeint ist vor dem 35. Lebensjahr

Die Untergründe des Seelenlebens und das Geistleben nach vorzeitigem Tode

Ein weiterer Vortrag aus dem gleichen Zyklus gibt Auskunft über die Auswirkung und die Bedeutung auf das Dasein im Nachtodlichen, sowohl für das eigene wie für den Kosmos, wenn Menschenseelen durch einen frühen Tod als Kämpfer im Krieg gefallen sind. - Es sei empfohlen, den ganzen Vortrag zu lesen, da er viel Grundlegendes zur Sprache bringt zur Frage des Schicksals und des Todeszeitpunktes. In diesem Sinne kann er erhellend wirken für das Tragen eines schmerzlichen Verlusts eines Menschen, der in jungen Jahren über die Schwelle gehen musste. Nachfolgend nur ein Beispiel aus dem Ganzen:

... Daher sind diejenigen, die ihr Leben also früh endigen durch eine äussere Veranlassung, indem sie durch die Todespforte gehen, für die geistige Welt in einem ähnlichen Sinne - nur in einem ähnlichen Sinne, nicht im gleichen Sinne - geistige Boten wie die Idealisten, die hier auf die Erde kommen, um dem Seienden das Sein-Sollende beizumischen. So steigen herauf diejenigen, die früh durch die Pforte des Todes gegangen sind, um dem Himmel Kunde zu bringen, dass da unten auf der Erde auch Sein-Sollendes, nicht bloss Seiendes ist...

Der Schmerz, der mich meidet

Als Ergänzung zum Thema Karma und Schmerz soll zum Schluss auf den Spruch für Samariter hingewiesen werden, den Rudolf Steiner kurz nach Beginn des 1. Weltkriegs als Meditation für Pflegende zur meditativen Vertiefung ihrer Berufstätigkeit anlässlich eines Samariterkurses gab.

Seine Worte anlässlich einer Ansprache Tage darauf, bei der er auf die Menschenschicksale und Völkerschicksale hinwies, lassen ahnen, wie tief in der Seele Rudolf Steiners der Schmerz dieses Leids der Menschheitsgeschichte brannte.

Wie oft wurde davon gesprochen, dass es zur Entwicklung der Menschenseelen in die geistigen Welten hinein gehöre, das eigene Gefühl verbinden zu können mit dem Schmerz, der in dem andern lebt. Und gerade an den Stellen, wo die Ereignisse unserer Zeit Schmerz wirken werden, da wird oftmals des einen oder des andern Platz von uns sein; da werden wir erproben können, ob wir stark genug sind, um das rechte Gefühl mit dem Schmerz des andern zu verbinden, ob der Schmerz, der drüben in der anderen Seele lebt, unser Schmerz, unser gefühlter Schmerz sein kann. Dass es so sein kann, dass die Menschheit allmählich dazu kommen kann, dass der Schmerz, der in dem andern lebt, uns nicht selber meidet, sondern in uns fort webt, dazu ist Christi Blut auf Golgatha geflossen. Darum suchen wir auch die Gesinnung, die hiermit angedeutet ist, gerade in diesen Zeiten in unseren Seelen zu verstärken. Das kann geschehen mit Worten wie diesen, die man ganz wie zu sich selber spricht, möglichst oft in den Gedanken, die uns verbinden mit dem Ernst dieser Zeit, indem man in der ersten Zeile sich an den Mitmenschen wendet. Die Worte lauten:

So lang du den Schmerz erfühlest,
Der mich meidet,
Ist Christus unerkant
Im Weltenwesen wirkend.
Denn schwach nur bleibet der Geist,
Wenn er allein im eignen Leibe
Des Leidesfühlers mächtig ist.

Rudolf Steiner

Literatur allgemein zum Thema Schmerz

Böttcher Cordelia	Trauern lernen. Verstehen und Verwandeln von Verlusten	Urachhaus, 2013
Paxino Iris	Leben mit dem Schmerz	Freies Geistesleben, 2009
Steiner Rudolf	Der Tod. Die andere Seite des Lebens	Futurum Verlag, 2013
Der Merkurstab	Zeitschrift für anthroposophische Medizin Themenschwerpunkt Schmerz	61. Jahrgang. Heft 5, Sept. 2008

Literatur spezifisch zu Studienblatt 2.4:

Steiner Rudolf	Das esoterische Christentum und die geistige Führung der Menschheit	GA 130	08.02.1912
Steiner Rudolf	Menschenschicksale und Völkerschicksale	GA 157	01.09.1914
Steiner Rudolf	Schicksalsbildung und Leben nach dem Tode	GA 157a	
Steiner Rudolf	Das geistige Leben in der physischen Welt und das Leben zwischen Tod und neuer Geburt	GA 157a	16.11.1915
Steiner Rudolf	Die Untergründe des Seelenlebens und das Geistleben nach vorzeitigem Tode	GA 157a	20.11.1915

Juli 2016, Verantwortlich für die Textzusammenstellung: Franz Ackermann, Zürich