

## DIE SEELE

Es ist gut, ein wenig länger bei der Seele zu verweilen. Dank ihr sind wir erlebende Wesen, und das Erleben bestimmt den *Wert* des Lebens. Liebe und Leid, Glück und Kummer.

Wenn man an den Anfang des Lebens auf der Erde denkt, bedenkt und erlebt man das neugeborene Menschenkind, das nackt und allein auf die Erde kommt, physisch getrennt von seinen Mitmenschen. Es atmet ein, das Baby, und beginnt zu weinen.

Hierfür gibt es physiologische Erklärungen. Aber was das *Erleben* anbelangt, so ist es klar, dass es ein Eintauchen in einsame Dunkelheit ist. Wenn wir religiös-spirituell erleben, wissen wir natürlich, dass es mehr gibt als das, was wir mit unseren Augen und Ohren wahrnehmen. Aber auch die nach außen hin sichtbare nackte Einsamkeit hat einen Sinn.

Viele Säuglinge in unserem technisch perfektionierten Zeitalter haben Probleme, den richtigen Rhythmus beim Stillen und Schlafen zu finden. Es ist leicht zu verstehen, dass Mütter das tun, was früher als verderbliche Nachsicht galt: Stillen „auf Abruf“ und in den Schlaf schaukeln. Sie wollen die Einsamkeit aufheben und die Gewöhnung an das irdische Dasein mit ganzem Herzen unterstützen.

Wenn das Kind heranwächst, nimmt dies andere Formen an. Wenn man sich in seine Kindheit zurückversetzt fühlt, kennt man die glücklichen und die traurigen Momente. Das stürmische Laufen und Lachen, das Hüpfen, die Vorfreude auf all die schönen Dinge, die das Leben zu bieten hat. Aber auch der Schmerz des Fallens, der Schrecken der unverständenen Zornigkeit der Eltern, die Ablehnung und die darauffolgende Einsamkeit. Am schönsten

sind die Augenblicke des Trostes. Der Dichter Novalis hat diese kindliche Erfahrung in seinem Lied über Maria, dem vierzehnten geistlichen Lied, auf eine spirituell-religiöse Ebene gehoben.

Aus dem umfassenden kosmischen Ozean hat man sich aus dem Vorgeburtlichen in diesem einsamen, abgeschiedenen, verdichteten physischen Körper zusammengezogen, und man hat vielleicht das aussterbende Glück gehabt, die Essenz der Marienverehrung zu erfassen. Maria wird auch Stern des Meeres genannt und erinnert an die kosmische Existenz des Menschen im Vorgeburtlichen. Und Novalis singt davon, wie das Kind noch immer an ihren Rücken hängt, in einer glücklichen Welt, in der es mit dem kleinen Gott auf ihrem Arm spielen kann<sup>2</sup> und immer Mitgefühl und Trost in ihren Augen findet. Aber später ist diese Welt weit weg von einem. Man ist in seiner Verdichtung verhärtet und kann den vorgeburtlichen, glückseligen Ozean nicht wiederfinden...

Wohin sollen wir uns wenden, um diesen göttlichen Trost zu finden?

In der Kunst gibt es viele Quellen, aus denen man Trost schöpfen kann. Aber es handelt sich sozusagen um eine vorgestellte Quelle, nicht um eine echte. Es ist, als ob man aus seinem Augenwinkel herauschaut, irgendwo abseits, und sieht, worum es eigentlich geht – aber beim geradeaus Schauen ist alles weg...

\*

Man kann die Welt in einer positiven Stimmung betrachten. Dann sieht man, wie alle Menschen etwas Gutes in sich haben und dass das weniger Gute oder gar Schlechte größtenteils auf den

---

2 Siehe das Bild der sixtinischen Madonna von Raffael.

bedauernswerten Mangel an Trost beim Aufwachsen zurückzuführen ist. Die Eltern und die Lehrer sind hauptsächlich mit sich selbst beschäftigt, und die Anwesenheit des Kindes ist oft – auch wenn sie sehr erwünscht ist – schwierig, sie holt einen aus sich selbst heraus, und das gerade ist der Ort, an dem man bleiben möchte.

Die Kinder wachsen also mit ihrer Veranlagung zu allen möglichen hässlichen Eigenschaften auf, und diese können gedeihen, wenn man das Kind mit sich allein lässt. Als positiver Mensch lernt man, das Böse in der Welt zu relativieren. Man schaut auf das Wunder der Schöpfung, wovon der Mensch die Krone ist, und man versucht, seine Ideale zu hegen und pflegen und zu verwirklichen. Dann kann man auch gut beobachten, wie viel Wahres, Schönes und Gutes auf der Erde zu finden ist, und man wird nicht mehr so überrascht sein von meinen kommenden Ausführungen.

Aber viele Menschen haben eine eher negative Einstellung. Ihr Blick ruht vor allem auf den Unzulänglichkeiten und sie kritisieren sie – ohne ihre eigenen Mängel zu beachten – vehement. Alles ist eigentlich „deine eigene Schuld“, hättest du nur dies, hättest du nur das... Das Gefühl des Unglücklichseins, das eine negative Stimmung mit sich bringt, wird durch Kritik und Empörung kompensiert. Und so wird der „Blick nach unten“ nicht leicht nach oben zu erheben sein, zu den Fakten, die ich auf den folgenden Seiten schildern werde. Andererseits sind die Negativen unter uns genau die Menschen, die den Trost, den ich gleich beschreiben werde, am meisten brauchen.

Was wir festhalten müssen, ist die nackte Einsamkeit eines jeden auf Erden lebenden Menschen. Letztendlich muss man es doch allein lösen, aushalten, tun und so weiter. Niemand kann den Kummer für einen tragen. Ein anderer kann mittragen, aber man

bleibt mit seinem Teil allein.

Auch darüber hat Novalis in einem seiner geistlichen Lieder<sup>3</sup> gedichtet. Novalis ist hiermit ein Wegweiser zu dem großen Ereignis, das ich jetzt beschreiben werde.

---

<sup>3</sup> Novalis, Geistliche Lieder Nr. III, für das Zitat, siehe den Epilog. „Wer einsam sitzt in seiner Kammer...“

## TROST

Jetzt kommt es darauf an, unser Gefühlsleben zu schärfen, so wie man die Ohren spitzt, wenn man etwas hören will. Das Gefühl ist stark auf die Selbstwahrnehmung bezogen. Aber jetzt werden wir etwas Interessantes tun: Wir werden die Selbstwahrnehmung und die damit verbundenen Erfahrungen nutzen, um zu lernen, die Umwelt zu *spüren*.

Erinnern wir uns an die einsamen Momente der Kindheit und das anschließende Glück des Trostes. Du warst gestürzt, beide Knie geschürft, sehr unheimliche blutende Stellen, Schmerzen, Angst... Mama kam, um dich hochzuheben, säuberte die Wunden, beruhigte dich, nahm dich in den Arm, klebte dir Pflaster auf die Knie, damit du das unheimliche Blut nicht mehr sehen konntest. Sie gab dir etwas Warmes zu trinken und ließ dich auf ihrem Schoß sitzen, wo du nach den Schmerzen und dem Schrecken noch immer schluchztet.

Es gibt viele solcher Kindheitserinnerungen, und wenn man anfängt, darüber nachzudenken, kommen einem immer mehr in den Sinn. Oder man erinnert sich aus seiner späteren Kindheit an Streitereien, Sticheleien, Ausgrenzung, Klatsch und so weiter. Hoffentlich haben sich die Dinge oft wieder zum Guten gewendet, und das sind die Gefühle, von denen wir sprechen. Die Glückseligkeit der Wiedergutmachung. Der Trost des Neubeginns... Lassen wir unsere Vorstellungskraft spielen, und wir werden in unserer eigenen Biografie die Gefühle des Trostes, des Friedens, der guten Absichten, des Mitleids und der Liebe finden. Vielleicht waren sie nur kurze Zeit da, aber sie sind uns vertraut.

Später im Leben sind solche Gefühle nicht mehr so unschuldig und rein. Sie sind zwar da, aber die rationale Entwicklung relativiert sie, schwächt sie ab und macht sie selbstsüchtig.

„Darf nur ein Kind dein Antlitz schauen?  
Dann mache mich zu deinem Kinde!“

So spricht Novalis zu Maria.

Wir können unsere zarte, selbstlose Seele am besten in unseren Kindheitserinnerungen finden.

Jetzt sind wir erwachsen und die kindliche Unschuld ist verschwunden, aber die Erinnerungen sind noch da. Wenn wir uns jetzt an die schwierigen, tragischen Momente, an die Einsamkeit der Erwachsenen erinnern, dann finden wir dennoch eine Quelle des Trostes, des Glücks und des Friedens. Wir können sie in uns selbst finden und bis zu einem gewissen Grad einsam bleiben, aber wir können sie auch außerhalb von uns finden, und das wissen wir sehr gut.

Denken wir an einen langen, düsteren und dunklen Winter und fühlen wir, wie sich unsere Stimmung hebt, wenn die ersten Frühlingsboten eintreffen. Der frische Tag, erwärmt von der Sonne am blauen Himmel, die ersten Blumen im Gras, ein gelegentlicher Vogelgesang, der raue Wind wird gemildert, die Trockenheit und der Verfall werden durch den Vorboten neuen Lebens erfrischt...

Oder man wacht morgens mit einem unerklärlich düsteren Gefühl auf und schaltet das Radio mit seinem Lieblingssender für klassische Musik ein. In diesem Moment erklingt eine Musik, die einem halbwegs bekannt vorkommt und die einen tief bewegt. Man