

ANNELIE KEIL

DEM LEBEN  
BEGEGNEN

VOM BIOLOGISCHEN  
ÜBERRASCHUNGSEI ZUR  
EIGENEN BIOGRAFIE

# Annelie Keil

Dem Leben begegnen

Vom biologischen Überraschungsei zur eigenen  
Biografie

ARISTON

Der Inhalt dieses E-Books ist urheberrechtlich geschützt und enthält technische Sicherungsmaßnahmen gegen unbefugte Nutzung. Die Entfernung dieser Sicherung sowie die Nutzung durch unbefugte Verarbeitung, Vervielfältigung, Verbreitung oder öffentliche Zugänglichmachung, insbesondere in elektronischer Form, ist untersagt und kann straf- und zivilrechtliche Sanktionen nach sich ziehen.

Sollte diese Publikation Links auf Webseiten Dritter enthalten, so übernehmen wir für deren Inhalte keine Haftung, da wir uns diese nicht zu eigen machen, sondern lediglich auf deren Stand zum Zeitpunkt der Erstveröffentlichung verweisen.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

© Heinrich Hugendubel Verlag, Kreuzlingen/München 2006

Alle Rechte vorbehalten

Textredaktion: Vera Baschlakow, Berlin

Umschlaggestaltung: Weiss / Zembsch / Partner: Werkstatt/München unter  
Verwendung eines Fotos von Gia Hupperschwiller, Berlin

Produktion: Robert Gigler

Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering

ISBN 978-3-641-13518-8

V002

# Inhalt

## Wer träumt, hat mehr vom Leben Eine Einladung

### 1 Leben weist über sich hinaus – auf die Freiheit und Vielfalt, die in der Schöpfung liegt

[Das Beste gibt es umsonst](#) · [Der Mensch ist bedürftig und Leben braucht Hilfe](#) · [Der gestimmte Mensch](#) · [Große Verstimmungen](#) · [Soziales Klima als Krankmacher](#) · [Ordnung und Wandel: das Systembild des Lebens](#) · [Leben heißt lebenslang lernen](#) · [Wissen und wundern](#) · [Fliegen und landen zwischen Geburt und Tod](#) · [Verstehe dich selbst – aber wie?](#) · [»Du kannst an keiner Stelle mit Eins beginnen«](#)

### 2 Auf dem Weg ins Leben – Die unglaubliche Geschichte vom biologischen Überraschungsei

[Den Anfang eines Wunders wagen](#) · [Befruchtung und Empfängnis: eine folgenreiche Begegnung](#) · [Umarmung statt feindlicher Übernahme](#) · [Das Biologische hat ein Subjekt](#) · [Störungen enthalten Fragen und bringen weiter](#) · [Lebende Systeme sind offen und nicht determiniert](#) · [Leben ist ein sich selbst organisierendes Handwerk: eine Biologie der Liebe](#) · [Wanderschaft: Die Reise geht weiter](#) · [Leben als Co-Evolution und aktive Selbstintegration](#) · [Ankunft und Verortung: eine Hausbesetzung](#) · [Vertrag auf Gegenseitigkeit und Koexistenz](#) · [Wachsen und gedeihen](#) · [Mit den Sinnen leben lernen](#) · [Das biologische Überraschungsei](#) · [Aufbruch und Abschied](#)

### 3 Leben, Biografie und Leib – Der Körper als Haus und Werkzeug des Lebens

[Die Reise geht weiter](#) · [Natürliche Moral und Sozialität des Lebens](#) · [Biografie ist leibhaftig](#) · [Improvisation einer Grundmelodie](#) · [Leitlinien der biografischen Lebensgestaltung](#) · [Der Körper als Werkzeug der Lebensgeschichte und der Kulturen](#) · [Lebensgeschichte als Geschichte der Sinne und körperlichen Identität](#) · [Innere Bilder und Leitbilder können krank machen](#) · [Der Leib und sein biografisches Gedächtnis](#) · [Leiblicher Dialog als Lebensversicherung](#) · [Der Blick in die Augen eines anderen: Ich fühle, was du fühlst](#) · [Der Verlust der Sehnsucht nach Verbundenheit](#)

### 4 Biografie und Macht – ein Kriegskind unterwegs

[Über die Begegnung mit der Macht der Ohnmacht](#) · [Machtspiele verstellen den Weg](#) · [Aufrüstung als Lebensprinzip: Die biografische Arbeit kleiner Mädchen im Krieg](#) · [Männer und Kerle umstellen die weibliche Sozialisation](#) · [Frauen an die Macht: Lebensverleugnung als Karrieremodell](#) · [Was bleibt](#) · [Alt werden und sterben ist das Ziel der Lebensreise](#)

[Zu guter Letzt ...](#)

[Literaturhinweise](#)

# Wer träumt, hat mehr vom Leben

## Eine Einladung

Es interessiert mich nicht, womit du deinen Lebensunterhalt verdienst.  
Ich möchte wissen, wonach du innerlich schreist  
und ob du zu träumen wagst, der Sehnsucht deines Herzens  
zu begegnen.

Es interessiert mich nicht, wie alt du bist.  
Ich will wissen, ob du es riskierst, wie ein Narr auszusehen,  
um deiner Liebe willen, um deiner Träume willen  
und für das Abenteuer des Lebendigseins.

Es interessiert mich nicht, welche Planeten im Quadrat zu  
deinem Mond stehen.  
Ich will wissen, ob du den tiefsten Punkt deines eigenen Leids  
berührt hast,  
ob du geöffnet worden bist von all dem Verrat,  
oder ob du zusammengezogen und verschlossen bist aus Angst vor weiterer Qual.  
Ich will wissen, ob du mit dem Schmerz dasitzen kannst,  
ohne zu versuchen, ihn zu verbergen oder zu mindern oder  
ihn zu beseitigen.  
Ich will wissen, ob du mit Freude dasitzen kannst,  
ob du mit Wildheit tanzen und dich von der Ekstase erfüllen  
lassen kannst,  
von den Fingerspitzen bis zu den Zehenspitzen,  
ohne dich zur Vorsicht zu gemahnen, zur Vernunft  
und ohne die Grenzen des Menschseins zu bedenken.

Es interessiert mich nicht, ob die Geschichte, die du erzählst, wahr ist.  
Ich will wissen, ob du jemand enttäuschen kannst, um dir selbst treu zu sein.  
Ob du den Vorwurf des Verrats ertragen kannst  
und nicht deine eigene Seele verrätst.  
Ich will wissen, ob du vertrauensvoll sein kannst  
und von daher vertrauenswürdig.  
Ich will wissen, ob du mit dem Scheitern leben kannst  
und trotzdem am Rande des Sees stehen bleibst  
und zu dem Silber des Mondes rufst: »Ja!«

Es interessiert mich nicht zu erfahren, wo du lebst und wie viel  
Geld du hast.  
Ich will wissen, ob du in der Mitte des Feuers stehen wirst  
und nicht zurückschreckst.

Es interessiert mich nicht, wo oder was oder mit wem du gelernt hast.

Ich will wissen, was dich von innen hält, wenn sonst alles wegfällt.

*Oriah Mountain Dreamer,  
indianischer Stammesältester*

Träumen kann jeder Mensch. Von seinem eigenen Leben, dem in einer besseren Welt oder nach dem Tod. Vom Leben allein, vom Familienleben oder von einem Arbeitsleben mit sinnerfülltem Broterwerb für lebendige Menschen, die davon auch noch leben können. Damit hat der Mensch lebenslang zu tun. Träumen kann jeder. Vom guten Wetter, der großen Liebe, einem stressfreien Leben, von ewiger Gesundheit, pflegeleichter Kindern, sozialer Gerechtigkeit oder von den Sternen, die der Mensch vom Himmel holt, um sie an seine Liebsten zu verschenken.

Von einem Leben in Frieden und Freiheit für alle Menschen dieser Welt träumt es sich schon schwieriger. Es ist wichtig, für seine Träume einige Kämpfe durchzustehen. Nicht als Opfer, sondern als aufrechte Streiterin, als jemand, für den das Abenteuer des Lebens nicht als Reklame für eine Zigarettenmarke, sondern gerade bei den Menschen endet, die das Träumen aus vielen Gründen aufgegeben haben. Der Traum von einem Leben, das zur großen Liebe und treuen Freundschaft des Menschen mit sich selbst und seinem Leben führt, ist niemals aussichtslos. Nur haben viele Menschen noch gar nicht gewagt, ihn zu träumen. Er gehört zu dem tiefen Geheimnis, das im Leben selbst verborgen und nur in der Begegnung mit ihm zu entdecken ist.

Träumen kann jeder. Vom Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will, wie Albert Schweitzer den Willen zum Leben und das Lebensmotiv aller Lebewesen beschreibt. Um diesen Willen zum Leben und seinen Ursprung, von dem der Mensch mit seiner Geburt und mit seinem Leben Zeugnis ablegt, geht es in diesem Buch. Es geht um einen »göttlichen Funken«, der ein Leben lang Feuer entfachen kann, um die bewussten und unbewussten Tag- und Nachtträume, in denen Menschen die Möglichkeiten des

Lebens entdecken und durchspielen, sich um ihre Verwirklichung bemühen und die Nichterfüllung ihrer Träume anzunehmen und auszuhalten versuchen.

Wer den Traum von einem Leben in eigener Hand verwirklichen will, muss sich auf den Weg vom kleinen Überraschungsei zur eigenen Biografie machen, sich mit sich selbst und seinem konkreten Leben anfreunden, um mit beiden durch dick und dünn zu gehen, wie es sich für gute Freunde und Freundinnen gehört. Der Träumer, der sich mit und in seinem Leben verwirklichen will, muss sich selbst überraschen und für jede andere Überraschung gut genug sein. Er nutzt die Pläne der Realität, die auf ihn zukommen und ihn abholen, und die Zufälle, die ihm andere Möglichkeiten zuspielden oder die verwirklichten Pläne wieder aus der Hand nehmen. »Träume knüpfen Zusammenhänge und lösen sie auf, formen Konstellationen und verwirren sie, bringen das Selbst auf eine Idee oder warnen es vor drohenden Gefahren.« (Wilhelm Schmid)

Dass sich die Erde doch bewegt und mit ihr die Bewohner des Planeten in Turbulenzen geraten, wird in der Begegnung mit dem Leben zur existenziellen Erfahrung! Die Vernunft des Lebens, das leben will, zieht Konsequenzen und ermutigt den Menschen, im menschlichen Maß inkonsequent zu sein. Sie hat eine Meinung und hofft, dass Menschen ihre Meinungen ändern, wenn andere Menschen dabei nicht zu Schaden kommen. Was die anderen denken, ist der lebendigen Vernunft gleichgültig, sie denken sich ohnehin, was sie wollen. Der Mensch ist kein logisches, sondern ein lebendiges, einzigartiges Beispiel des Lebens, dessen Lebensvernunft nicht bei der Frage endet, ob die Socken zur Krawatte passen, die Kinder, Kranken und alten Menschen satt, sauber und still sind oder wie er morgen noch die Meinung von gestern vertreten kann.

Wer träumt, hat mehr vom Leben. Er investiert, was in ihm steckt, arbeitet in den Nächten für den nächsten Tag. Lebensträume stehen nicht links oder rechts, sondern quer zum Leben. Sie sind die Hürden, die sich uns auf den routinierten Wegen durchs Leben entgegenstellen, und Wegweiser in ein unbekanntes Land. Die großen und die kleinen, die individuellen wie die kollektiven Träume warten auf Menschen, die sie verstehen lernen und verwirklichen wollen, die dem Leben mit ihren Ideen, Talenten und Ressourcen beispringen, um daraus ihr eigenes Leben zu gestalten. Sie warten auf Kinder und Menschen jeden Alters, auf Frauen und Männer, auf die Erfolgreichen und die Enttäuschten, auf die Kriegsführer und Friedensstifter in allen Bereichen des Lebens und vor allem auf die, die Leben entfalten, unterstützen und ihm dienen wollen, statt Leben mit einem Selbstbedienungsladen zu verwechseln.

Zu meinen persönlichen unerfüllten Wunschträumen gehört ein Schweigemarsch der politischen, wissenschaftlichen und auf andere Weise überheblichen Redner mit den Machtworten über das Leben der anderen, über das richtige und falsche Leben, über die Vaterlandsliebe, für die man sein Leben lassen soll, über die Erziehung und Bildung der Kinder, ohne deren soziale Hintergründe zu berücksichtigen, über die Leistungsstärke, die ohne Gefühle oder Wunden auskommt, über die wirtschaftlichen Sonnenseiten des Lebens, die dem Verschweigen der Schattenseiten ihr Strahlen verdanken. »Um Lebendes zu erforschen, muss man sich am Leben beteiligen.« (Viktor von Weizsäcker)

Als fragende und lernende Menschen müssen wir praktisch werden. Auch wenn wir mehr an unsere Modelle vom Leben als an das Leben selbst, mehr an die Menschenbilder als an den Menschen selbst, mehr an feste Gesellschaftsbilder als an gesellschaftlichen Wandel glauben, wissen wir längst, dass Politik, Wissenschaft und Erkenntnis nicht am Anfang des Lebens stehen, sondern hilfreich für die Unterstützung

und Förderung von Lebensprozessen nur dann sind, wenn ihre Fragen mitten im Leben, das heißt in der Begegnung mit dem Leben anfangen. Was das biologische Überraschungsei auf der Reise zur eigenen Biografie trägt, schützt und vorantreibt, ist genau dieses Fragen mitten im Leben. Nur so kann der Mensch die ungeheure und umwälzende Kraft der Liebe, des Glaubens und Vertrauens wie der begründeten Hoffnung auf Zukunft erfahren und die Schmerzen aushalten lernen, die mit dem drohenden Verlust dieser jedem Menschen innewohnenden Kräfte verbunden sind. Damit dies kein unerfüllter Traum bleibt, dazu möchte dieses Buch auch beitragen.

Warum werden wir geboren? Wo kommen wir her? Wer sind wir? Wohin gehen wir? Was erwarten wir? Was erwartet uns? Diese Fragen bewegen und beunruhigen die Menschen, seit sie die Erde bevölkern, und ihr Wohlbefinden hängt maßgeblich davon ab, ob sie befriedigende Antworten darauf finden. Werden diese Fragen verdrängt oder bleiben sie gänzlich unbeantwortet, so legt sich ein dunkler Schatten auf die Seele, weil ihre »religiöse Urfunktion« (C. G. Jung) nicht befriedigt wird. Viele von uns fühlen sich über längere Zeiträume und manchmal bis zum Tod verwirrt. Manche Frage wird im Keim erstickt. Immer wieder schwankt der Boden, und oft wissen wir nicht, warum und von was. Nicht wenige ziehen ins Leben hinaus, um das Fürchten zu lernen. Ob und wie sie zurückkehren, kann man in ihren Biografien nachlesen. Aber eigentlich sollten wir ins Leben ausziehen, um das Lieben, Hoffen und Gestalten zu lernen, und der Lebensangst wie dem Fürchten mit diesen Kräften entgentreten.

Wenn Kinder geboren werden, ist ihnen ein Wissen um die großen spirituellen Zusammenhänge selbstverständlich. Sie haben im Prozess des eigenen Werdens die Prinzipien der Schöpfung als Form nachhaltiger Koexistenz erfahren, neun Monate lang bedingungsloses Asyl erlebt. Deshalb wissen

sie, dass es auch weiterhin im Leben um die Liebe, die Notwendigkeit von Beziehungsaufnahme und die Hoffnung auf Zukunft geht. Voller Vertrauen strecken sie die Hände nach den Menschen aus, die schon da sind, um den Traum zu erfüllen, der in dem Versprechen liegt, welches wir mit unserer Geburt erhalten. Kleine Menschen klagen die Verwirklichung des Traumes mit lautem Gebrüll ein und belohnen die, die ihn erfüllen, mit dem schönsten Lächeln der Welt. Kinder, die am Anfang ihres Lebens stehen, geben Antworten auf viele Lebensfragen, die Erwachsene später vergessen oder die sie umtreiben, ohne dass sie wirklich nach Antworten suchen. Sie unterbrechen als Fünfjährige ihr Spiel, um einen Baum zu umarmen, der das gerade braucht. Hätte der Vater die Umarmung Blödsinn genannt, hätte das Kind damit aufgehört und sich ein Stück von seinem Wissen verabschiedet, erzählt Andre Heller über seinen Sohn. Durch ihn hat er verstanden, was bedingungslose Liebe ist.

Träumen kann jeder. Erkennen auch. Das Leben ist der Erkenntnis immer voraus. Neugier und Erkenntnis sind Kinder der Freiheit, und Kinder sind der Inbegriff für die Befragung des Lebens. Sie befragen die Welt, um in ihr überleben zu können und im absoluten Vertrauen darauf, dass es Antworten gibt, weil sie einige schon kennen. »Man kann Gott zwar nicht sehen, aber man kann Gott in Träumen hören«, schreibt ein zehn Jahre altes Kind. Ein anderes erträumt sich sein eigenes Gottesbild: »Gott ist kein weiter Herrscher, sondern eine weitergebende Liebe.« Wenn Kinder eines dritten Schuljahres sich in Gedichte über die Stille hineinfühlen und ihre Seele die eigenen Bilder ertastet, dann berühren sie den Traum vom universalen Zusammenhang allen Lebens. Dann sind sie Leben, das sich mit allem verbunden weiß. Ihre Stille ist dann »wie der Mond, der am Himmel steht«, wie »das Knacken der Äste, die nicht vorhanden sind«, wie »das Brüllen der Löwen, wenn sie schlafen«, wie »ein Zirkus mit Spannung«, wie

»das Rauschen der Blätter, wenn sie vom Baum fallen«, wie »ein Apfel, wenn er langsam reift«, wie »das Rascheln der Blätter, wenn die Schnecke sie überkriecht« oder wie »ein Stern, der die Nacht wieder sichtbar macht«. (Oberthür)

Träumen und erkennen kann jeder. Bedingungslos lieben auch. Aber der »göttliche Funke«, der die Liebe und den Wandel des Lebens als Zündstoff hat, darf nicht erlöschen. Um dem Leben bedingungslos zu begegnen, muss der Mensch immer wieder bereit sein, neue Erfahrungen unter immer neuen Umständen zu machen. »Wir warten, dass der Fels ein wenig wächst«, sagen die Zen-Mönche. Der Zen-Meister sagt: »Alles um uns herum verändert sich ständig. Jeden Tag bescheint die Sonne eine neue Welt. Was wir Routine nennen, steckt voller neuer Vorschläge und Möglichkeiten. Doch wir bemerken nicht, dass jeder Tag sich von allen bisherigen unterscheidet ... Das Leben besteht aus großen und kleinen Wundern. Nichts ist langweilig, weil alles sich ständig verändert. Langeweile ist nicht Teil der Welt, sondern sie entsteht dadurch, wie wir die Welt ansehen.« (Paulo Coelho)

Manchmal werden die Antennen, durch die wir ein universelles Wissen vom Leben erhalten können, gekappt. Die Neugier verkümmert zum Strohfeuer eines Lernens für das, was gerade gebraucht wird. Aus der Traum. Spontane, eigenständige und kreative Begegnungen mit dem Leben werden abgesagt. Man denkt in Reih und Glied und wiederholt, was andere gedacht, gesagt und geschrieben haben. »Der Mensch gewöhnt sich an alles«, ist ein vernichtendes Urteil und die rote Karte für alle, die weiterträumen. »Hör auf zu träumen!« ist einer der typischen Notrufe, mit denen Erwachsene ihre eigenen und die Wünsche ihrer Kinder nach Begegnungen mit dem Leben bremsen und als Mauern zwischen sich und ihre Kinder stellen.

Träumen kann jeder. Träume sind Lebendigkeit. Beides stimmt mit dem Leben überein. Uns fehlt der Träumer, der wahre begeisterte Irre, der Einsame, der wirklich Verlassene, der einzige tatsächliche Rebell, schrieb der Schriftsteller Henry Miller vor etwa 60 Jahren, und wir könnten ergänzen, uns fehlen die Kinder, die auch nach der Geburt den Mut beibehalten, sich ihren Weg ins Leben selbst zu bahnen. Naiv wie ein Kind, aber weise wie ein alter Mann, fordert der über 80-jährige Arno Gruen mit dem Titel seines letzten Buches immer noch: »Ich will eine Welt ohne Krieg.« Träume können subversiver sein als politische Ideologien, wenn es um das Leben der Menschen geht. »Träume durchdringen die Mauern der Ignoranz und öffnen den Blick für das, was im Leben alles möglich wäre.« (Gruen)

Träumen macht vielen Erwachsenen und vor allem den Herrschenden der Welt Angst, denn es ist ein Denken, das die Grenzen überschreiten und die Begrenzungen durchbrechen will, hinter denen die Menschen Schutz vor Zweifel, Unsicherheit und eigener Verantwortung suchen. Gegen das Bollwerk der Pseudo-Wahrheiten der Erwachsenen, welches diese für den Ausdruck der Vernunft und eine realistische Einschätzung halten, schreibt der zehnjährige Christian seine Rede an die Menschheit:

»Hört mir zu, ihr Menschen!

Wofür leben wir?, fragen sich viele Menschen, doch jeder lebt für den anderen. Ihr lebt für eure Kinder, für jedes andere Stückchen Hilfe. Alle, die leben, leben für etwas. Und alles zusammen sind die Menschheit. Der Krieg zerstört die Menschheit. Im Krieg lebt jeder für sich selbst und nicht für den anderen. Wenn das so weitergeht, gibt es bald keine Menschheit mehr. Wer will das schon?« (Oberthür)

Und die gleichaltrige Anne ergänzt Christian und ermutigt in ihrer Rede an die Menschheit Arno Gruen:

»Findet Frieden zueinander, räumt den Krieg aus der Mitte. Es ist nicht gut, Menschen umbringen zu wollen, nur weil ihr sie hasst. Es ist besser, wenn Frieden herrscht und alle sich vertragen, so dass es das Wort Krieg nicht mehr gibt. Kehrt mit Besen den Krieg aus der Welt.« (Oberthür)

Träume im eigenen Leben wie im gemeinschaftlichen Zusammenleben verwirklichen zu lernen, dem Leben ohne Vorbehalte zu begegnen, sich selbst und die dem Leben zugrunde liegende »Biologie der Liebe« zu erkennen und den Gestaltungsprinzipien wie der inneren Weisheit des Lebendigen in der Schöpfung der eigenen Biografie zu folgen, ist das, wozu ich mit diesem Buch ermutigen will. Die Tatsache »Ich bin Leben, das leben will, inmitten von Leben, das leben will«, wie Albert Schweitzer schreibt, ist Sinn und zu erfüllender Auftrag der menschlichen Geburt. Dieser Gedanke hat mich auf den Weg gebracht. Schon als Kind im Waisenhaus, im Krieg, auf der Flucht, im Kampf um das tägliche Brot, später in der wissenschaftlichen, politischen und menschlichen Auseinandersetzung mit den ungeheuren Bedrohungen und Gefährdungen, die menschliches Leben im Einzelnen wie im Leben ganzer Völker erfährt, hat mich eine Art Ehrfurcht vor dem geheimnisvollen Willen zum Leben ergriffen, die mich bis heute fesselt, motiviert und trägt. Diese Ehrfurcht hat mich staunend, suchend, hoffend und auch demütig gemacht. Sie hat mich das neugierige Fragen in glücklichen wie in Zeiten der Resignation und Verzweiflung gelehrt, hat mich wissender gemacht auch in dem, was ich nicht weiß und worin ich mich getäuscht habe.

Dem Leben begegnen heißt wesentlich, Menschen zu begegnen. Das gilt auch für den Prozess des Schreibens. Wir denken, fühlen und handeln immer in eine Welt hinein, in der schon andere ihre Spuren hinterlassen haben, und

manche werden uns zu wichtigen geistigen Weggefährten und Lebensbegleiterinnen. Diejenigen Menschen, die im Denken, Fühlen und Handeln die Grenzen überschreiten, mit denen sich das Vorhandene gegen die Hoffnung auf Veränderung sperrt, und zur Tat schreiten, fühlen den Willen zum Leben in sich und anderen. An ihnen habe ich mich orientiert. Mit zwölf Jahren ließ ich mich gegen den Willen meiner Mutter taufen, weil ich in dem Theologen, Arzt und in Afrika praktizierenden Christen Albert Schweitzer meinen Jugendhelden fand, der mir als Erster die Gewissheit gab, dass die Menschheit nicht zugrunde gehen wird, wenn wir Menschen uns entschließen, uns einem Denken zu öffnen, das auch das Herz öffnet.. Seine einfach zu verstehende und doch so umfassende »Ethik der Hingebung an das Leben aus Ehrfurcht vor dem Leben«, hat mich immer wieder herausgefordert. Diese Grundhaltung nötigt den Menschen, allem Willen zum Leben die gleiche Ehrfurcht vor dem Leben entgegenzubringen wie dem eigenen. Jeder einzelne Mensch braucht einen festen Lebenswillen, an dem er wie an einem Wanderstab Unterstützung findet. Wir können ahnen, was es bedeutet, wenn dieser Wille schon in frühen Tagen gebrochen wird, weil man einem Kind den Willen der Erwachsenen aufzwingt, ohne dass es den eigenen Willen zum Leben entwickeln kann. Der Mensch, der sein Leben wirklich will, das ihm als offener Traum im nackten Zustand geschenkt wurde, muss diesen Willen in der Hingabe und der damit verbundenen Verantwortung in seinem konkreten Leben üben. Das »Ja« zur Welt geht deshalb immer auch kritisch mit dem »Nein« zur Welt Hand in Hand, wenn diese nicht die Bedingungen schafft, unter denen sich Leben für alle Menschen entfalten kann. Für Schweitzer ist die Hingebung an das Leben als Erscheinung eines innerlichen, geistigen, seelischen, sozialen und spirituellen Verhältnisses zur Welt zu begreifen, das nicht abstrakt ist, sondern konsequent auf Verwirklichung drängt. Nur wer sich mit dem

Leben verabredet, kann entdecken, welche Dimensionen sich öffnen und welche Erfahrungen es ermöglicht.

Später konnte ich bei dem Philosophen Ernst Bloch in seinem Werk »Das Prinzip Hoffnung« lesen, dass es darauf ankommt, das Hoffen zu lernen, weil die Hoffnung keine Arbeit scheut, sondern ins Gelingen statt ins Scheitern verliebt ist. Für ihn war das Hoffen ein Affekt, der aus sich herausgeht, die Menschen weit macht, statt sie zu verengen, und sich ständig nach Bündnispartnern umsieht. Die Arbeit dieses Affekts verlangt Menschen, die sich ins Leben hineinbegeben und tätig werden. »Hoffnung erträgt kein Hundeleben« (Bloch), richtet sich gegen die Urheber der Lebensangst und sucht in der Welt selber, was der Welt hilft, weil es nur da zu finden ist.

Zu den »guten Geistern«, die mich nicht verlassen und auf meinem Weg der Fragen an das Leben begleitet haben, gehört auch der Arzt, Psychoanalytiker und Lebensforscher Wilhelm Reich, der mich seit mehr als vierzig Jahren und bis heute mit seinen Forschungen zur Lebensenergie und seiner praktischen Arbeit als Arzt, Psychotherapeut und politisch engagierter Bürger sehr beeindruckt. In seinem letzten Buch »Christusmord«, das er den noch ungeborenen Kindern der Zukunft widmet, wählt er den Leidensweg Christi als Metapher für die wahre Geschichte der menschlichen Tragödie, in deren Zentrum er die Verfolgung und die sich wiederholende Tötung des Lebendigen sieht. Verzweifelt steht er gegen die »emotionale Pest« des Menschen auf, der gut getarnt, träge und gewissermaßen sitzend den Problemen des lebendigen Lebens auszuweichen und sich auf diese Weise dem Schöpfungsauftrag zu entziehen sucht. Tröstend war für Reich allein die Tatsache, dass jedes neugeborene Kind mit dem Wunsch, leben zu wollen, auf die Welt kommt, und alle menschlichen Entwicklungsmöglichkeiten als Potenzial und Ausstattung mitbringt, so dass es irgendwann in der Lage sein kann, der

Verfolgung des Lebendigen entgegenzutreten. So umstritten Reichs Deutung der Gestalt Christi sein mag, seine Fragen sind immer noch aktuell und treffen das Wesentliche, wobei unsere Antworten bis heute nach wie vor unzureichend sind. Die Menschen werden gleich geboren, aber sie entwickeln sich nicht gleich. Sie bringen große Lehren hervor, aber nutzen sie eher zur Unterdrückung als zur Befreiung ihrer Mitmenschen. Um im Kampf mit der Natur zu bestehen, hat die Menschheit viele Denksysteme entworfen, aber die schöpferische Natur ist ihr durch die Finger geglitten. Der frei geborene Mensch liegt in Ketten. Die Menschheit ist den kleinsten Spuren von Hoffnung und Erkenntnis verbissen hinterhergelaufen, hat abweichende Meinungen und vermeintliche Irrlehren verfolgt, aber Geist und Körper in ein und demselben Organismus sind im Denken der Menschen noch immer voneinander getrennt. Der Mensch verweigert sich der Selbsterkenntnis und läuft wie in einem Käfig im Kreis umher und findet den Ausgang nicht. Warum bleibt ihm der Ausgang in die Freiheit und den unendlichen Raum der Schöpfung verborgen? Warum weicht der Mensch dem Wesentlichen aus? »Das Philosophieren über den Sinn des Lebens nützt nichts, solange wir nicht wissen, was das Leben ist«, fasst Reich seine Argumente zusammen. »Die Gesellschaftskrise, in der wir uns befinden, ist im Grunde eine Folge der Unfähigkeit der Menschen ganz allgemein, über ihr eigenes Leben zu bestimmen.« Nicht das Leben ist das Rätsel, sondern rätselhaft bleibt, wie das Wesen des Lebens so lange verborgen bleiben konnte. Reichs Hoffnung hat mich an die Hand genommen.

Liebe, Arbeit und Wissen  
sind die Quellen unseres Lebens.  
Sie sollten es auch beherrschen.  
(Wilhelm Reich)

Die Zeiten der Menschlichkeit waren und sind immer wieder finster, schrieb eine weitere Wegbegleiterin, nämlich Hannah Arendt, in ihrem Buch »Menschen in finsterner Zeit«.

Aber gerade wenn die Zeiten am dunkelsten sind, geht die Erhellung, auf die wir hoffen, weniger von Theorien und Begriffen aus als von jenem unsicheren, flackernden und oft schwachen Licht, »welches einige Männer und Frauen unter beinahe allen Umständen in ihrem Leben und ihren Werken anzünden und über der ihnen auf der Erde gegebenen Lebenszeit leuchten lassen«. (Hannah Arendt)

Wilhelm Reich ist für seine Lebensforschung verlacht, verfolgt, ausgeschlossen und am Ende in den USA zu einer Gefängnisstrafe ohne Bewährung verurteilt worden, weil er sich weigerte, vor Gericht zu erscheinen, um dort seine Forschungen zur Geschichte und Entdeckung der Lebensenergie und ihrer therapeutischen Bedeutung zu verteidigen. Er verstarb 1957 im Gefängnis und verfügte testamentarisch, dass für 50 Jahre niemand einen Zugriff auf seine Forschungsergebnisse und Erkenntnisse haben sollte, um dann hoffentlich freier über die Prinzipien des Lebendigen diskutieren zu können.

Nichts, was in den Jahrhunderten und Jahrtausenden zum Auftrag wie zum Recht, ein Mensch zu sein, gesagt und gelebt wurde, entbindet uns von der Aufgabe, das alles von Neuem gemacht und von Neuem erfunden werden muss. »Mit jeder Geburt tritt, weil jeder Mensch einzig ist, der erste Mensch in die Welt«, heißt es bei Martin Buber. Unser eigenes Leben und unsere Möglichkeit, ein Mensch mit aufrechtem Gang zu werden, werden von unzähligen Kräften gelenkt. Wir müssen uns entschließen, denkende und liebende, achtsame und immer wieder auch mutige Menschen zu werden. Die uralte Aufgabe bleibt als Vision einer menschlichen Zukunft bestehen. Wir müssen uns vom Leben berühren lassen und seinen Sinn verstehen lernen. Es gibt etwas zu tun, denn die menschliche Zukunft ist in diesem Augenblick auch unsere eigene. Dieses Buch möchte zum Leben anstiften.

# 1. Kapitel

## Leben weist über sich hinaus – auf die Freiheit und Vielfalt, die in der Schöpfung liegt

Freiheit ist die eigene Entfaltung  
auf das Andere zu,  
dem wir in Wesen, Dingen, Vorgängen begegnen.  
Selbst wo sie gegen uns auftreten,  
begegnen wir durch sie auch uns selbst.  
Dieser Weg der Erfüllung führt uns durch alles,  
was ihn uns, innen wie außen, verstellt.  
Der Weg der Begegnungen  
durch die Verstellungen hindurch  
heißt Existenz.  
Was wir sein können,  
werden wir durch unsere Beziehungen zum Anderen.  
(Rudolf zur Lippe)

### Das Beste gibt es umsonst

Existenz ist ein Weg der Begegnungen. Die Begegnung mit dem Leben um uns herum schenkt uns die Freiheit zur Selbstentfaltung. Sie ist Weg und Ziel zugleich. Wir kennen den Preis nicht, den es kostet, ein selbstbestimmtes Leben zu führen, aber wir sollten keine Kosten scheuen, weil wir kein zweites in der Tasche haben. Leben wird auf den Märkten der Welt zu Schleuderpreisen angeboten, als Ersatzleben feilgeboten, ist zum Schnäppchen in Billigläden verkommen. Eher vom anderen weg als auf ihn zu, wie Rudolf zur Lippe einfordert, sind professionelle Entwicklungsstrategen aller Art mit pädagogischen, medizinischen oder religiösen Konzepten vom richtigen Leben unterwegs, die uns die Unkosten eines eigenständigen Lebens ersparen wollen.

Von Geburt an wollen alle nur das Beste für uns, und sie denken gar nicht daran, uns zu fragen. Der Staat macht auf

Zigaretenschachteln für die Endlichkeit Reklame. Wer nicht glaubt, wird auch nicht selig, sondern endet in den verschiedenen »heiligen Kriegen«, die allemal mit dem Tod enden. Die Anmahnung eines bewussten und erfüllten Lebens in der Anwesenheit der anderen, die mit uns leben, ist in den politischen und wissenschaftlichen Programmen um die Zukunft der Gesundheit auf die Länge eines Zigarettenfilters reduziert, der die schlimmsten Schadstoffe abhalten soll.

Wir sollten uns nicht irritieren lassen. Leben ist ein Geschenk, das man weder kaufen noch verkaufen kann. Das Beste also gibt es umsonst. Man muss dem Leben begegnen, um neugierig zu entdecken, zu erleben, zu erfahren und zu erkennen, welche Reichtümer es bietet. Auch wenn man das Geschenk des Lebens im Augenblick der Geburt anscheinend gezwungenermaßen annehmen muss, fallen bereits im nächsten Augenblick die ersten Entscheidungen an: Der kleine Mensch kann schreien oder nicht, die Augen aufmachen oder schließen, wach sein oder schlafen. Die menschliche Freiheit liegt in der Entscheidung zur eigenen Entfaltung auf das andere zu, das uns hilft, zu leben. Leben wie der lebendige Mensch selbst bleiben auf ihre Weise ein offenes Geheimnis und geben dem einzelnen Individuum ein biografisches Rätsel auf, das er auf seiner Lebensreise lösen muss. Das Geschenk des Lebens muss deshalb täglich und lebenslang wieder ausgepackt werden, damit wir es anpacken können. Es braucht Entscheidungen und das wachsende, Einsicht gewinnende Vertrauen, dass es nicht irgendein, sondern ein »kosmisches« Geschenk ist, ein Stück vom Ganzen, aus der Geschichte der Schöpfung stammend, jenem Ineinander von Makrokosmos und Mikrokosmos, wo das eine die Existenz des anderen wechselseitig bedingt. Der Mensch, das Tier, die Pflanze, ihre Gemeinschaften wie die Menschengemeinschaft existieren nur als Einzellerscheinung des kosmischen

Ganzen, wobei das kosmische Ganze aber ohne uns auch nicht auskommt, denn nur auf diese Weise kann es verdeutlichen, dass die »Schöpfung unerschöpflich ist«. In der Begegnung mit dem Leben trifft der Mensch ständig auf Verwandtschaften und dadurch auch auf sich selbst.

Leben ist Wandel und unterwegs sein. Es befindet sich immer im Übergang, organisiert sich in Übergängen, verabschiedet sich vom vergangenen Atemzug, um sich im nächsten fortzusetzen. Mit jedem Vorgang von der Tiefe des biologischen Ursprungs bis hin zum sichtbaren Hervortreten in einem geschichtlichen Ausdruck, wie wir es in der embryonalen Entwicklung beobachten können, weist Leben über sich hinaus, ist Schrittfolge und verdankt sich den Beziehungen, die den nächsten Schritt ermöglichten und unterstützten. In jedem Übergang ist die Geschichte anwesend, die zu diesem Organismus, zu jener Pflanzengemeinschaft in der Natur oder zu diesem spezifischen menschlichen Wesen geführt hat. Jede Nase, jedes Auge, jeder Arm, jedes Herz, jede Lunge, jede Liebe und jeder Gedanke verdanken sich in ihrer Entstehungsgeschichte Entwicklungsvorgängen, die sich als Übergänge in einem größeren Zusammenhang erweisen.

In jedem Augenblick des Lebens sind die Übergänge und Wandlungen mit angelegt. Leben lebt von der Überraschung, die in der Ungewissheit und Offenheit seiner Zukunft liegt. Es verrät dem Menschen nicht ohne weiteres, was in ihm und seinem Leben steckt. Um das Geheimnis des eigenen Lebens zu lüften, braucht es Zeit, Geduld und Fantasie. Die Lösung des Rätsels ist nicht einfach. Oft geht die Rechnung mit den eigenen Plänen vom Leben nicht auf. Manchmal möchte der Mensch das Glück des Lebens in vollen Zügen genießen und alles auf einmal in Besitz nehmen. Wenn ihm das, was unter der Verpackung des Geschenks erscheint, nicht gefällt oder Angst einflößt, möchte er das Geschenk des Lebens am liebsten gleich

wieder einpacken, weiterverschenken oder irgendwo in sich selbst verstecken und verdrängen, wenn er sich einem Lebensereignis oder einer schwierigen Entwicklungsaufgabe nicht stellen will oder kann. So bleibt das Geschenk des Lebens manchmal unausgepackt eine Weile liegen, wird ein anderes Mal mit Samt und Seide erneut verpackt oder gar mit Stacheldraht umwickelt, um es vor fremdem Zugriff zu schützen.

Das Geschenk des Lebens enthält die Wirklichkeit, in die wir hineingeboren werden, aber es sagt dem Beschenkten noch nichts über die folgenreiche Bedeutung und die Möglichkeiten, die in dieser Lebenswirklichkeit stecken. Das muss der Mensch selbst herausfinden. Kleine Kinder, die sich von Geburt an mit ihren Hoffnungen, Erwartungen und Wünschen ins unbekannte Leben hineinträumen und dabei konkret erfahren, dass die Zukunft unsicher und offen ist, werden sehr bald mit jenem typischen Satz konfrontiert, der sie zur Anpassung erziehen soll: »Hört auf zu träumen!«

So schön das Geschenk des Lebens auch ist, so fürchten doch die meisten Menschen seinen Überraschungscharakter und wollen es lieber unter Kontrolle haben. Träumen bedeutet, dem Geschenk des Lebens offen zu begegnen, auch wenn vieles festgelegt erscheint. Träumen ermöglicht es, sich von den Begrenzungen und Einschränkungen des Alltags frei zu machen, von den Vorschriften und den Ordnungen, die dem Denken, Fühlen und Handeln Grenzen setzen. Es schafft Raum für Lebendigkeit. Wir können Grenzen überschreiten und unseren Blick gleichzeitig für das öffnen, was im Leben sonst noch möglich wäre. Viele erwachsene Menschen scheuen diese offen hoffende, manchmal kindlich vertrauende Begegnung mit dem Leben und mauern sich in einem Bollwerk aus Lebensansichten, negativen Erfahrungen und Pseudo-Weisheiten ein. Eine solche Festung vermittelt ihnen das Gefühl von Kraft und bietet Schutz vor Zweifeln und Unsicherheiten.

Das Leben selbst ist aber kein vorgegebener Plan, den man bei der Geburt aus der Tasche holen könnte, um ihn zu verfolgen, sondern eine Idee, die jeder Mensch täglich auf seine eigene Weise in die Tat umsetzen muss. Jeder neue Atemzug, jeder Herzschlag, der nächste Schritt, der orientierende Blick in die Zukunft oder der verlorene Blick in die Leere der Vergangenheit, der erste wie der letzte Bissen eines Menschen sind Ausdruck dieser großartigen Idee, die eigene Wirklichkeit zu erschaffen und sich selber zu erfinden. Das Geschenk des nackten Lebens und seine Annahme im Augenblick der Geburt ist Voraussetzung dafür, aus der allgemeinen Idee des Lebens eine sinnvolle und kreative Idee für das eigene zu entwickeln.

Wenn wir im Verlauf des Lebens von Zeit zu Zeit aus der durchaus hilfreichen Alltagsroutine heraustreten und das Geschenk des Lebens erneut in die Hand nehmen und die Verpackung lösen, die es umhüllt, machen wir die unterschiedlichsten Erfahrungen. Vielleicht entdecken wir plötzlich etwas, mit dem wir nicht mehr oder noch nicht gerechnet haben. Manchmal glänzt und leuchtet etwas im Leben auf, ohne dass wir die Lichtquelle erkennen können. Ein anderes Mal konfrontiert uns der tiefere Einblick in unser Leben erneut mit einer unerledigten Aufgabe, die wir so schnell wie möglich abschieben möchten. Immer wieder entschwindet uns im Lauf der Jahre die übergreifende Idee der Freiheit und des ständigen Wandels, die im Auftrag unseres Lebens steckt, weil wir sie mit Lebensplänen zuschütten, die uns ein Leben auf der sicheren Seite zu garantieren scheinen, anstatt uns mit dem lebendigen Glück einer gelungenen Veränderung zu konfrontieren. »Wir sind genau in dem Maße glücklich, in dem wir uns zu vergessen wissen«, heißt es bei Secretan. Sicherheit ist der Tod alles Lebendigen.

Leben kann man nicht kaufen, obwohl uns vieles im Leben, was wir kaufen können, wichtiger erscheint als das Leben