

Der Tod als ständiger Begleiter

Lebenslang steht der Mensch in der Gewissheit seines Todes einerseits und der Ungewissheit seiner Todesstunde andererseits. Sein Leben ist gepaart von energischem Lebenswillen und gleichzeitig von Todesangst.

Diese Grundspannung im Menschen ist für viele von uns nur durch Verdrängung zu ertragen, nämlich durch die Verdrängung der Todesgewissheit.

Aus diesem Grunde ist auch für viele Menschen meine Aussage und mein Postulat absurd, wonach der Tod der Freund des Menschen, also unser Freund ist. Sie sträuben sich gegen den Gedanken, dass der Tod mich und sie von aller Qual und aller Mühsal erlöst und deshalb in aller Gelassenheit von mir erwartet werden kann.

Tatsächlich aber führt der Tod mich zu mir selbst zurück, in mein Innerstes, das ich vielleicht schon lange vergessen oder verloren habe. Im Tod finde ich mich selbst wieder.

Ein Leben lang sind wir Menschen fremdbestimmt durch die Erwartungen und die Ansprüche anderer Menschen, zuerst der Familie, dann der Gesellschaft und der gesellschaftlichen Verhältnisse, wie auch durch die Natur, in der wir leben. Gleichzeitig sind wir auch noch durch unsere körperlichen Bedürfnisse, durch unsere Wünsche und Süchte getrieben.

Unerfüllte und auch unerfüllbare Sehnsüchte lassen uns träumen. So wie diese Träume uns in unser Innerstes zurückführen, bringt auch die Todesstunde uns zu uns selbst zurück. Dort dürfen wir dann ohne Angst und äußern Druck ganz bei uns selbst sein, wenn immer wir es nur wollen.

Mit dem Tod kehren wir in die unendliche Weite des Universums zurück, aus der wir kommen. Wir werden wieder Teil des Ganzen, aus dem uns die Individualisierung durch Zeugung und Geburt herausgerissen hat.

Die Geburt ist kein Geschenk, auch kein Geschenk Gottes, sondern ein biologisches Ereignis mit zweifelhaften Folgen. Für die allermeisten Menschen ist die Geburt und das folgende Leben mit mehr Lasten und Leiden verbunden als mit Freuden. Das bekundet bereits die Bibel im Alten Testament mit dem Ausspruch: " Im Schweiß deines Angesichts sollst du dein Brot essen."

Gleichwohl erfüllt die allermeisten Menschen eine bis in die tiefste Faser gehende Furcht vor dem unausweichlichen Tod. Diese Furcht ist lähmend. Fast noch schlimmer ist für viele Menschen die Ungewissheit der Todesstunde und der Todesumstände.

Deshalb haben die meisten Menschen - neben ihrer Flucht in die Religion und der Hoffnung auf ein ewiges Leben - einen Verdrängungsmechanismus entwickelt.

Dieser Verdrängungsmechanismus führt dazu, dass diese Menschen oft bis zum Schluss ihres Lebens so leben, als gäbe es für sie keinen Tod, als hätten sie jetzt schon das ewige Leben.

Dieser Schutzmechanismus, diese Illusion ist jedoch fatal, da die Menschen in ihrer Lebensführung und bei allen Entscheidungen und Bestrebungen, die sie treffen, die Gewissheit des zukünftigen Todes, ihre eigene Endlichkeit mehr oder weniger ausblenden.

Wir wissen, dass alle Menschen um uns herum alt werden und krank, viele in einem Altersheim oder Pflegeheim landen werden und schließlich sterben. Aber ich will nicht dabei sein. Und deshalb gaugelt mir mein Unterbewusstsein vor, dass ich nicht davon betroffen bin.

Selbst wenn ich alt bin, lebe ich deshalb so, als ob es immer so weiter ginge und es ein Ende nicht gäbe.

Die meisten Menschen verhalten sich so, wie der Mensch, der aus dem 25. Stock in die Tiefe springt. Als er den 3. Stock passiert hatte, drehte er sich um, schaute nach oben und sagte sich: "Wo ist das Problem? Es ist doch noch überhaupt nichts passiert."

Richtiger und besser ist es, unser Leben und unser Bewusstsein von der Todesangst zu befreien und uns auf das Ablaufen der Uhr, auf das Ticken der Zeit einzurichten.

Wir sollten uns mit dem Gedanken, dass unsere Zeit begrenzt ist, der Verantwortung gegenüber uns selbst und gegenüber unseren eigenen Leben klar werden und nicht versuchen, vor allem der Gesellschaft und ihren Forderungen gerecht zu werden.

Die Gesellschaft, die Familie, die Arbeit und Freunde fordern und wir folgen. Aber dienen wir damit nicht auch uns selbst und unserer Sucht nach Anerkennung und Bestätigung? Hetzen wir nicht ständig Zielen und Werten nach, die nicht in unserem Innersten wohnen und uns nicht zu unserem Innersten führen?

Der Mensch neigt dazu, sich um Dinge zu sorgen und kümmern, nach Dingen zu streben, die nicht aus ihrem Innersten stammen, die sie nicht zu ihrem Innersten und zu ihren wirklichen Bedürfnissen zurück führen.

Der Tod aber bringt uns zu unserem Innersten und zu uns selbst zurück. Nur in diesem Bewusstsein können wir so leben, wie es unser Selbst erfordert, so wie es uns eigen ist. In diesem Bewusstsein brauchen wir keine Angst mehr zu haben, weder vor dem Unglück, vor Schicksalsschlägen, noch vor der Zukunft und gar nicht vor dem Tod.

Denn dieses Bewusstsein befähigt uns, die laufend auftretenden Probleme in Ruhe und Gelassenheit zu lösen. Und das, was wir nicht lösen können, beunruhigt uns nicht. Wir lassen es einfach liegen.

Es gibt nichts, keinen Schicksalsschlag, der uns dauerhaft beeinträchtigen könnte, wenn wir das nicht zulassen wollen. In dem Bewusstsein des kommenden Todes und der der Großen Stille, die uns dann aufnimmt, kann uns nichts wirklich bis ins Mark und dauerhaft erschüttern.

Und wir müssen immer bedenken, dass der Tod nichts Unmögliches von uns verlangt. Er lässt uns alle - ob Gut oder Böse - ohne Strafe und ohne Gericht zurück zu unserem Ursprung gehen, zurück zur großen, weiten Unendlichkeit, zur Einheit mit der ewigen kosmischen Energie.

Wir können angstfrei darauf vertrauen, dass wir das schaffen, was uns möglich ist. Wer so bewusst lebt, der weiß, dass es ausreicht, die Probleme nach bestem Wissen und Gewissen zu meistern. Und mehr brauchen und müssen wir nicht erbringen.

Wenn wir im Leben den Tod vor den Augen behalten, dann kann das unserem Leben eine bedeutsame Wende geben.

Wenn wir dagegen uns der Endlichkeit und Begrenztheit unseres Lebens nicht bewusst sind, fahren wir dieses Leben auf der falschen Spur in die falsche Richtung.

Wir laufen Gefahr, vor der Unumkehrbarkeit unseres Lebens, vor der Unmöglichkeit der Wiederholung unseres Lebens oder bestimmter Lebens-Abschnitte zu verzweifeln und mit Hader und Verbitterung oder gar mit Angst unser Leben zu beenden.

Das muss nicht sein. Wir sollten deshalb die wichtigen Entscheidungen unseres Lebens im Bewusstsein des kommenden Todes treffen und das Auf und Ab unseres Lebens, die Höhen und Tiefen in diesem Bewusstsein hinnehmen. So können wir die vergangenen und zukünftigen Ereignisse mit Gelassenheit verarbeiten.

So kann uns keinen Schicksalsschlag, aber auch kein großartiger Erfolg aus der Bahn werfen. Wir können mit Gelassenheit zum Ursprung zurückkehren und ein erfülltes Leben in Ruhe und mit innerer Freude führen und schließlich auch beenden.