

### III. Erlösung von dem Leiden





Der Tod trifft jedes Lebewesen. Diese Banalität hat schon etwas Tröstliches, das unsere Angst zu relativieren vermag: Der Tod wird sich alle Menschen holen und niemanden verschonen. Man mag sich daran stören, daß der eigene Sarg aus einfachem Holz, der eines Anderen aus Gold sein wird, an der Unvermeidbarkeit des Sterbens ändert dies nicht das Geringste. Ein Schicksal, das jeden ereilt, ist nichts, mit dem zu hadern es sich lohnt. *„Widerfährt dir eine nur dir allein persönlich geltende Unbill, so mache deinem Unwillen Luft; aber handelt es sich um die wohlbekannte, Hoch wie Niedrig unter ihr Joch beugende Notwendigkeit, so schließe deinen Frieden mit dem Schicksal, von dem alles ins Gleiche gebracht wird. Du darfst uns Menschen nicht schätzen nach den Grabhügeln und Monumenten, die, von den anderen sich abhebend, der Landstraße zum Schmucke gereichen: der Tod macht alle gleich.“* (Seneca) Dies ist erst einmal ein starker Trost, und wir sollten uns gelegentlich an ihm bedienen, wenn wir den Tod fürchten, während wir Andere um ihr Leben und das nach außen scheinende Glück beneiden. Das angenehmste, ja vielleicht glücklichste Leben, das einer führen kann, ist am Ende viel gewaltiger durch den Tod bedroht als jedes andere Leben, da es viel mehr aufzugeben gibt.

Der Neid ist allerdings ein schlechter, weil irreführender Ratgeber. Wenn wir uns in der Phantasie einbilden, wir würden tatsächlich das Leben eines Anderen führen mit allen Konsequenzen, dann werden wir rasch gewahr: Diese Illusion hat einen Preis, oft einen hohen, den wir zu zahlen hätten, wenn unsere Phantasie Wirklichkeit würde. Wer einen Anderen um etwas beneidet, muß willens sein, auch wirklich dessen Leben zu führen. Es ist kurzsichtig und verständnislos, einen anderen Menschen lediglich um dessen Eigenschaften, Können, Besitz oder Einfluß zu beneiden. Diese oder andere Annehmlichkeiten gibt es nie ohne die Bedingungen, unter denen allein sie zu bekommen sind. Wir müßten alles von dem anderen Leben wollen, vor allem auch jenes, was auf der Bühne der Eitelkeiten verheimlicht wird: jede Sorge und jedes Gebrechen, jeder Kummer und jede Verletzung, jeder Verlust und jeder Frust. Das Bündel aus diesen und anderen Leiden ist die Eintrittskarte in ein beneidetes und nur vermeintlich auch beneidenswertes Leben. Keine Ursache ist ohne Wirkung, kein Licht ohne Schatten, kein Stich ohne Wunde möglich; ebenso ist überragende Geisteskraft nur mit übermäßiger Empfindsamkeit zu haben; großer Besitz oder Einfluß lockt servile Heuchler an; Karriere und Prestige verlangen zumeist einen erheblichen Anteil der Lebenszeit als Opfer. Wer diese Kosten

ignoriert und das eigene Elend mit dem vermeintlichen Hochgefühl Anderer vergleicht, wird dadurch bloß trübselig. Und selbst, wenn der Neid berechtigt wäre, würde der unvermeidliche Tod den Erfolgreichen doch nur noch mehr bedrohen als den Erfolglosen. Allerdings, obwohl Menschen zu Vergleichen neigen, sind und bleiben sie sich selbst am nächsten, insbesondere wenn nur noch das nackte Leben auf dem Spiel steht. Der Trost, daß alle Menschen sterben werden, ist daher zwar eine Krücke, auf Dauer jedoch nur ein schwaches Sedativum.

Die Angst vor dem Tod ist, wie wir gesehen haben, unmittelbar in dem uns allen innewohnenden Willen zum Leben begründet. Unsere Angst vor dem Tod bringen wir also mit auf die Welt; sie ist a priori in uns, vor und unabhängig von jeglicher Erfahrung. Hier spricht nicht die Erfahrung, sondern ein ewiger, grundloser Trieb. Nicht weil wir am Leben hängen, fürchten wir den Tod, sondern weil wir den Tod fürchten, hängen wir am Leben. Durch die Angst vor dem Tod wird unausgesprochen eine Behauptung mitgedacht, die wir nicht infrage stellen, obwohl wir gar nicht überprüft haben, ob sie überhaupt angemessen ist: Das Leben sei wertvoll, sei wert, erhalten zu werden. Die Angst vor dem Tod spricht dem Leben einen höheren Wert zu, dem Tod einen geringeren oder zumeist gar keinen. Wir fürchten uns vor dem, was unser Wohl beeinträchtigt, was uns Wehe macht, uns leiden läßt oder Schmerzen verursacht; dagegen sehnen wir uns nach dem, was uns Wohl bereitet, unserem Willen gemäß. Wer Angst vor dem Tod hat, sehnt sich nach dem Leben, weil das Leben allein uns die Befriedigung unserer Wünsche verspricht. In der Angst vor dem Tod ist immer auch die Illusion enthalten, daß das Leben besser sei. Das allerdings läßt sich a priori nur behaupten, aber nicht beweisen; erst a posteriori, also nach der und durch die Erfahrung, können wir darüber urteilen. Vor der Erfahrung ist in dieser Angelegenheit gar nichts entschieden.

Wir werden sehen, wohin unsere Beurteilung nach nüchterner Abwägung gelangt. Daß das Leben besser ist als der Tod, ist nicht so selbstverständlich, wie es uns im ersten Moment anmutet. Betrachten wir zunächst den Tod. Die Angst vor dem Tod ist immer Antizipation – von etwas, das wir nicht kennen, nicht kennen können, weshalb die Angst so rätselhaft wie ungerecht ist. Zunächst einmal ist die Angst vor dem Tod nichts weiter als eine irrationale Xenophobie (und daher die Anhänglichkeit an das Leben ein irrationaler Enthusiasmus). Der Tod ist und bleibt uns bis zur Begegnung mit ihm unbekannt, was für sich

also kein Grund sein kann, ihn zu fürchten. Vielleicht fürchten wir etwas, das uns selig macht, seliger alles alles, was wir im Leben erfahren. Wir können nicht wissen, was oder wie der Tod sein wird. Deshalb schrieb Seneca treffend, daß wir nicht bemäkeln, verdammen oder gar fürchten können, von dem wir überhaupt nicht wissen, was es ist. Der Tod hat zu Unrecht einen schlechten Ruf, den er sich nicht verdient hat.

Vielleicht ist der Tod besser als sein Ruf und sogar besser als das physische Leben. Anders herum: Vielleicht ist das Leben schlechter als sein Ruf. Der Arzt Matthias Girke hat uns von seinen Gesprächen mit Patienten berichtet, die während eines vorübergehenden Herzstillstands eine Nahtoderfahrung gemacht hatten. Nach diesem kurzen Ausflug auf die andere Seite erinnerten sie sich an Empfindungen, die fast schon euphorische Erwartungen an den Tod wecken: *„ein großes inneres Glück, das Erleben von Licht und Befreiung“* (Matthias Girke). In jedem Fall ist der Tod die Zurückweisung der egoistischen Begierden durch die Natur, jener Begierden, die Leiden schaffen, wie wir gleich sehen werden. Dieser Egoismus ist der unmittelbare Ausdruck des Willens zum Leben im menschlichen Charakter. Der Tod selbst ist schon ein unanfechtbares Urteil über das Leben und den Egoismus. *„Wir sind im Grunde etwas, das nicht seyn sollte: darum hören wir auf zu seyn.“* (Arthur Schopenhauer) Darin ist vielleicht auch schon ein Urteil über den moralischen Wert des Handelns von Menschen auf diesem Planeten enthalten, auch wenn dies ein anderes Thema ist und daher hier nicht tiefer erörtert werden soll.

\*

Betrachten wir nun das Leben. Die Angst vor dem Tod herrscht nicht nur ohne Erfahrung mit dem Tod, sondern wir bringen sie mit auf die Welt, daher sie auch ohne Erfahrung mit dem Leben ist. Ob die Angst nach der Erfahrung, im Angesicht aller Kenntnisse, die wir dem Leben entnehmen, noch gerechtfertigt ist, ist zweifelhaft. Den Tod kennen wir nur abstrakt, eher als Negativ des Lebens, indem wir wissen, was er alles nicht mehr sein wird. Das Leben dagegen, alle offenen Rätsel ungeachtet, ist uns bekannt. Leben ist vor allem die Existenz und Veränderung von Erscheinungen in Raum und Zeit, ein Wimpernschlag zwischen zwei unendlichen Hälften unserer Ewigkeit, kurz: das, was wir um keinen Preis aufgeben wollen.

Das verstört, denn das Leben ist vor allem Leiden. In der Summe ist das Leben ein Übel, weshalb es besser ist, nicht zu sein, um keine Leiden erdulden zu müssen. Sicher ist das Leben auch die Voraussetzung von Glück, doch das Glück ist, wie wir sehen werden, nur negativ real: ein flüchtiger Moment, die Aufhebung eines Mangels, an dem wir gelitten haben, wonach der nächste Mangel in unser Bewußtsein tritt, der neues Leiden erzeugt, das wir erneut aufzuheben trachten, um, wenn es gelingt, erneut einen flüchtigen Moment des Glücksgefühls zu erhaschen. Der Tod ist die Erlösung von diesen Leiden und von anderen, von Krankheiten, Schmerzen, Not, Trauer. Dazu kommen alle die Leiden, die Menschen einander zufügen, durch Betrug, Ausbeutung, Raub, Kriege, Folter und dergleichen mehr. *„Die Wahrheit ist: wir sollen elend seyn und sind's. Dabei ist die Hauptquelle der ernstlichsten Uebel, die den Menschen treffen, der Mensch selbst: homo homini lupus. [Der Mensch ist des Menschen Wolf.] (...) Ueberhaupt aber bezeichnen, in der Regel, Ungerechtigkeit, äußerste Unbilligkeit, Härte, ja Grausamkeit, die Handlungsweise der Menschen gegen einander: eine entgegengesetzte tritt nur ausnahmsweise ein.“* (Arthur Schopenhauer) Der Tod ist die Erlösung von diesem Leben.

Wir verfluchen unsere Leiden, das ist menschlich, doch sie haben eine verdeckte Seite, die wir in unserem Schmerz nicht erkennen: Vielleicht sind die Leiden des Lebens ein Wink der Natur, der uns mit der Endlichkeit unserer Existenz versöhnen soll. Wäre das Leben ein durchgehender Genuß, eine rauschende Party ohne Pausen, dann müßten wir am Ende betrübt sein, wenn es abgelaufen ist. Schopenhauer betonte, daß wir die leidvollen Erlebnisse auch deshalb zu ertragen vermögen, weil wir gewiß sein können, daß sie eines Tages enden werden. *„Und wer könnte auch nur den Gedanken des Todes ertragen, wenn das Leben eine Freude wäre! So aber hat jener immer noch daß Gute, das Ende des Lebens zu seyn, und wir trösten uns über die Leiden des Lebens mit dem Tode, und über den Tod mit den Leiden des Lebens.“* (Arthur Schopenhauer)

Diese pessimistische Auffassung über das Leben ist keineswegs nur eine Grille des von mir verehrten Schopenhauer, auch nicht das Resultat einer akuten Verstimmung, die sich bald wieder legt. Die nüchterne Offenheit gegenüber dem Tod ist die Konsequenz mancher großen Denker, nachdem sie die Bilanz aus ihrem Leben, ihren Erfahrungen, Beobachtungen und Reflexionen gezogen haben. So schwärmte Sene-

ca regelrecht vom Tod und begrüßte ihn als „*Heilmittel für alle Übel.*“ (Seneca) Auch Lichtenberg wußte die Aussicht auf den Tod zu schätzen: „*Ein Grab ist doch immer die beste Befestigung wider die Stürme des Schicksals.*“ (Georg Christoph Lichtenberg) Der allseits geschätzte Heinrich Heine reihte sich ein in diesen Chor, indem er Almansor sagen ließ: „*Die allerschlimmste Krankheit ist das Leben; und heilen kann sie nur der Tod. Das ist die bitterste Arznei, doch auch die letzte, und ist zu haben überall, und wohlfeil.*“ (Heinrich Heine) Schließlich fehlt auch Goethe nicht in dieser Reihe, wenn wir die Klage seines Faust zitieren:

*„Und so ist mir  
das Dasein eine Last,  
der Tod erwünscht,  
das Leben mir verhaßt.“*

(Johann Wolfgang von Goethe)

Derartige Sprüche großer Denker ließen sich fortsetzen. Das Leben ist nicht das Paradies, von dem wir gerne schwärmen. Diese Einsicht mögen viele der großen Denker auch aus eigener Erfahrung gewonnen haben. Tatsächlich ist sie jedoch sehr alt und insbesondere in der buddhistischen Lebensphilosophie verwurzelt. Das Leben ist Leiden – diese Erkenntnis ist der Kern der Lehre Buddhas: „*Geburt ist Leiden, Alter ist Leiden, Krankheit ist Leiden, Sterben ist Leiden, Kummer, Wehklage, Schmerz, Unmut und Unrast sind Leiden; die Vereinigung mit Unliebem ist Leiden; die Trennung von Liebem ist Leiden; was man wünscht, nicht zu erlangen, ist Leiden; kurz gesagt, die fünf Arten des Festhaltens am Sein sind Leiden.*“ (Buddha) Das, wodurch das Leiden angetrieben wird, würden wir heute einfach als Sehnen oder Gier bezeichnen. Dieses Verlangen beschrieb Buddha bildlich: „*Dies nun, o Mönche, ist die edle Wahrheit von der Leidensentstehung. Es ist dieser ‚Durst‘, der zur Wiedergeburt führt, verbunden mit Vergnügen und Lust, an dem und jenem sich befriedigend, nämlich der Liebestrieb, der Selbsterhaltungstrieb, die Sucht nach Reichtum.*“ (Buddha). Wir erkennen sofort, daß der Durst der Menschen eine große Übereinstimmung hat mit dem, was Schopenhauer später den Willen zum Leben nannte, das Wesen des Menschen. Was Buddha als Durst bezeichnete, ist auch im Wesentlichen das, was Platon später als Begierden beschrieb. Platon unterschied dabei die notwendigen Begierden, die man nicht abweisen kann, also die grundlegenden Bedürfnisse, von den nicht notwendigen Begierden, die alles andere umfassen. Beide Arten der Begierde erzeugen Leiden, denn beide basieren auf einem Mangel.

Letztlich ist es dieser Durst, die Begierden, Wünsche, Sehnsüchte, die Gier, was das Verhältnis der Menschen zueinander prägt und dazu führt, daß der Mensch des Menschen Wolf ist, wie wir es in dem Zitat von Schopenhauer gerade gesehen haben. Der Krieg aller gegen alle ist kein historisches Phänomen der bürgerlichen Gesellschaft, in der die Menschen vereinzelt und voneinander entfremdet seien, wie Karl Marx und Friedrich Engels meinten. Die Geschichtsbücher belegen etwas anderes: daß die Gier zeitlos und die menschliche Natur rücksichtslos ist, um ihre Begierden zu befriedigen, den Durst zu stillen. Der handelnde Egoismus bringt den Krieg aller gegen alle, den mal trickreichsanften, mal gewalttätigen Kampf der Einzelinteressen. „*Homo homini lupus; wer hat nach allen Erfahrungen des Lebens und der Geschichte den Mut, diesen Satz zu bestreiten?*“ (Sigmund Freud) List und Lüge, Einschüchterung und Rufmord, Willkür, Gewalt, Raub und Kriege – der Zweck heiligt das Mittel. Seine Natur kann ein Mensch nur verhüllen, aber nicht ablegen. Strafen und andere Hemmungen halten die menschliche Natur vorübergehend im Zaum, anders wäre Zivilisation nicht denkbar. Doch friedliches Miteinander liegt nicht in der Natur des Menschen. „*Unter ihr günstigen Umständen, wenn die seelischen Gegenkräfte, die sie sonst hemmen, weggefallen sind, äußert sie sich auch spontan, enthüllt den Menschen als wilde Bestie, der die Schonung der eigenen Art fremd ist.*“ (Sigmund Freud) Der Durst trägt mächtig dazu bei, daß das Leben vor allem Leiden ist.

Doch es muß nicht immer ein Fausthieb, ein Überfall oder eine Verleumdung sein, was uns das Leben vergällt. Nicht nur der Durst Anderer bereitet uns Leiden, unsere eigenen Begierden steuern ihren Anteil ebenso dazu bei. Das Leiden ergreift uns auch ohne das Zutun Fremder. Denn das Leiden ist positiv und bedrängt uns, selbst wenn wir nichts tun, um es zu provozieren. Das verstehen wir, wenn wir das Wesen der Freude bzw. des Glücks betrachten. Die Freude, der Genuß, ist stets negativ, nämlich die Aufhebung eines Mangels. „*Aber doch, sagte ich, sind wenigstens die durch den Leib zur Seele gelangenden und vorzüglich so genannten Lüste, die meisten beinahe und größten, von dieser Art, Erledigungen von Schmerzen.*“ (Sokrates, nach Platon) Wenn wir etwas begehren, leiden wir an einem Mangel. Wenn dieser Mangel erfolgreich aufgehoben wird, verspüren wir einen flüchtigen Moment der Befriedigung, der Freude, des Glücks. Doch diese herbeigesehnte, oft mit Mühen errungene Empfindung ist kurzlebig, da sie eben nur negativ, nur kurze Aufhebung eines Mangels ist, der nun nicht mehr



drückt. Dafür rückt der nächste Mangel, die nächste Begierde nach etwas, das wir noch nicht haben, in den Vordergrund und bedrückt uns, weshalb wir danach streben, es zu bekommen. *„Der Wunsch ist, seiner Natur nach, Schmerz: die Erreichung gebiert bald Sättigung: das Ziel war nur scheinbar: der Besitz nimmt den Reiz weg: unter einer neuen Gestalt stellt sich der Wunsch, das Bedürfnis wieder ein: wo nicht, so folgt Oede, Leere, Langeweile, gegen welche der Kampf ebenso quälend ist, wie gegen die Noth.“* (Arthur Schopenhauer) Positiv und dauerhaft ist bloß das Leiden an den Mängeln, Befriedigung und Freude sind lediglich kurze Unterbrechungen des Leidens.

Das Leiden kommt also ohne unsere Anstrengung, allein durch das Begehren oder andere Geschehnisse. Um nicht zu leiden, muß man dagegen etwas tun, einen Mangel beheben, einen Angriff parieren, eine Krankheit therapieren. Wenn der ganze Körper gesund ist und ohne Beschwerden funktioniert, dann nehmen wir das nicht weiter wahr. Gesundheit ist negativ, Abwesenheit von Krankheit. Aber den Nagel im Fuß, den stechenden Schmerz, den nehmen wir wahr, wenngleich alle anderen Körperteile, die wir ignorieren, kein Wehe bereiten. Der eine Nagel im Fuß plagt uns und wir leiden, anstatt uns über hundert gesunde Körperteile zu freuen. Mit den Empfindungen verhält es sich genauso. Unsere Zufriedenheit empfinden wir nicht, doch bei nächster Gelegenheit entern Traurigkeit, Wut, Furcht oder Frustrationen das Bewußtsein. *„Rauhe Körper fühlt man: die glatten merkt man kaum.“* (Michel de Montaigne) Man kann sich das Leben als Optimist so schön reden wie man will, das Leiden bleibt auch ohne schwere Einschläge die Grundmelodie des Lebens, ausgelöst durch unsere Begierden, auch durch angeborene Krankheiten oder durch den kaum endenden Kampf um das tägliche Brot. Man kann das natürlich ignorieren. Friedrich Nietzsche verhöhnnte die buddhistische Lehre, zog sie ins Lächerliche und erklärte Krankheit, Alter und Tod zu Bagatellen. Doch jede neue Begierde läßt die Hoffnungen immer weiter steigen in Höhen, aus denen der Absturz nur noch schmerzhafter wird.

Neben den Nackenschlägen von außen ist das Begehren, der hungrige Sturz in den Trubel des Lebens, der wichtigste Ursprung des Leidens. Das Gegengift wäre Genügsamkeit, das gelassene Beobachten des Trubels aus hinreichendem Abstand. *„Die Unsinnigen aber und Übermühtigen nimmt die heftige Lust bis zum Wahnsinn ein und macht sie ganz verrufen.“* (Platon) Das Leiden beginnt damit, daß ein Mensch begehrt,

was er nicht hat. Schon die Begierde, der Durst in Buddhas Worten, ist Leiden, und bleibt, solange die Begierde nicht gestillt, der Mangel nicht behoben wird. Erlösung bringt erst die Befriedigung der Begierde, doch nur kurz, vorübergehend. Denn damit ist nicht das Leiden als Grundmelodie des Lebens verklungen, sondern vorerst bloß ein bestimmtes Leiden überwunden, an das sich gleich das nächste Leiden, der nächste Mangel reiht. Selbst die Erledigung des größten Wunsches vernichtet nicht das Leiden, vielmehr wächst es ins Endlose, nachdem der Mensch begriffen hat, daß sein Leben enden wird. Wer sich von dieser Auffassung hat überzeugen lassen, mag enttäuscht sein, hat jedoch eine wahre Einsicht gewonnen, denn Enttäuschung ist die Umkehrung einer Täuschung. Der Getäuschte hadert mit seinem Schicksal, staunt über die Misere seines Lebens, als ob sie ein Irrtum seien; tatsächlich sind sie die Regel. Der Schmerz ist nicht der Sonderfall, das Glück ist es.

Selbst Heiligkeit gibt keine Garantie, vor Schmerzen geschützt zu sein. Zwar hatte Buddha durch sein Erwachen den Durst überwunden, war aus dem Kreislauf der Wiedergeburten ausgetreten und mußte nicht mehr fürchten, in einem nächsten Leben das Leiden erneut zu erdulden. Das bewahrte ihn jedoch nicht davor, in seinem letzten Leben körperliche Schmerzen zu erleiden. Buddha litt vor allem im hohen Alter unter mehreren Gebrechen. Insbesondere plagten ihn Rückenschmerzen. Solche Beschwerden des Alters kann jeder an seinem eigenen Körper erfahren. Schon mit der Geburt hebt das Altern an, und es endet erst mit dem Tod. Das Altern ist der Vorbote des Todes, die tägliche, Angst einflößende Erinnerung an die Endlichkeit des Lebens. Je größer und stärker die Begierden sind, desto mächtiger ist die Angst vor dem Nicht-Sein. Jede Befriedigung einer Begierde verlängert die Angst. Solange jemand begehrt, seinen Durst stillen will, solange muß er den Tod fürchten.

Dagegen hat der Weise begriffen, daß das Leben zu fürchten ist. Das muß kein Unglück, kein Jammertal sein, durch das diese Einsicht führt. Im Unterschied zum Glück, das Leiden voraussetzt, ist Zufriedenheit ein Zustand, der weder das eine noch das andere zur Bedingung hat. Wie dieser erstrebenswerte Zustand der Zufriedenheit erreicht werden kann, ist nun nicht das Thema dieser kleinen Abhandlung und gehört an eine andere Stelle. Ganz sicher jedoch hat die ständig drückende Angst vor dem Tod keinen Platz in diesem ausgeglichenen Gefühl. Da-

her ist, neben anderen Dingen, das gelassene Leben mit dieser geklärten Angst, ohne daß sie das Bewußtsein beherrscht, eine elementare Voraussetzung, um zufrieden leben zu können.

\*

Die Bilanz des Lebens fällt nüchtern aus. Im Wesentlichen ist der vorübergehende Aufenthalt des Menschen auf diesem Planeten ein Schwanken zwischen Not und Langeweile. *„Wollen und Streben ist sein ganzes Wesen, einem unauslöschbaren Durst gänzlich zu vergleichen. Die Basis alles Wollens aber ist Bedürftigkeit, Mangel, also Schmerz, dem er folglich schon ursprünglich und durch sein Wesen anheimfällt. Fehlt es ihm hingegen an Objekten des Wollens, indem die zu leichte Befriedigung sie ihm sogleich wieder wegnimmt; so befällt ihn furchtbare Leere und Langeweile: d. h. sein Wesen und sein Daseyn selbst wird ihm zur unerträglichen Last. Sein Leben schwingt also, gleich einem Pendel, hin und her, zwischen dem Schmerz und der Langenweile, welche beide in der That dessen letzte Bestandtheile sind.“* (Arthur Schopenhauer)

Der Wille ist blind, ein unersättliches Streben. Hat er die Not überwunden, treten alle möglichen und unmöglichen Begierden auf den Plan. Der Mensch begehrt, was er nicht hat, aber sein vermeintliches Wohl zu steigern verspricht. Aus der Langeweile sprießen die tollen Blüten der Vergnügungssucht: Fernsehshows auf 80 Kanälen, die Allzeit-Konjunktur der Vergnügungsparks und Volksfeste, die Begeisterung für Spiele von überbezahlten Söldnern in der Verkleidung von Sportmannschaften, Ausflüge von Multimilliardären ins All, und vieles, unfafßbar vieles mehr. Die Unfähigkeit von Menschen, sich mit sich selbst zu beschäftigen, zeitigt die erbärmlichsten Phänomene, alles nur, weil der Wille nicht fähig ist zur Selbstgenügsamkeit. Not und Langeweile, das eine wie das andere, sind Leiden, daher unser Leben im wesentlichen Leiden und jeder Glücksmoment nur das kurze Ende eines Leidens ist, bevor das nächste anhebt, uns zu quälen.

Leiden ist an die Existenz unserer Erscheinung geknüpft, an unsere Leiblichkeit, an unseren lebendigen Körper, der mit allen Sinnen das Leiden erfährt, und an unser körpergebundenes Bewußtsein, das an den unendlichen Bedrückungen im Leben leidet. Insofern gibt es wenig Grund, an einem Leben zu hängen, das in der Bilanz ein dickes Minus mit sich herumschleppt. Damit alleine ist noch nichts darüber

entschieden, ob und was nach unserem Tod sein wird und also auch vor unserer Geburt gewesen ist. Ganz sicher ist nur dieses: Das Leiden, das nur dieses Leben bereitet, ist gar nichts, was uns nach unserem Tod bedrängen kann, und es ist auch vor unserer Geburt nicht gewesen.

Wer nun verstanden hat, warum das Leben seiner Natur nach Leiden sein muß, der wird die Einsicht in seinen Erfahrungen bestätigt finden. Jede weitere Erfahrung mindert seine Ambition, um jeden Preis sein Leben zu bewahren. Er möchte nicht mehr unbedingt sein, hat erkannt, daß es vielleicht sogar besser ist, nicht zu sein, auf jeden Fall nicht schlechter. Die Angst vor dem Tod wird schwächer und macht einer wachsenden Erleichterung Platz. Wenn das Leben Leiden ist, dann ist allein der Tod die Erlösung davon.

Trotz dieser Einsicht ist niemand sicher davor gefeit, gelegentlich noch wieder von der Angst vor dem Tod eingeholt zu werden. Dann siegt der ewige Drang, zu sein, einmal mehr über die Erkenntnis. *„Gegen die mächtige Stimme der Natur vermag die Reflexion wenig.“* (Arthur Schopenhauer) Die Angst vor dem Tod ist der Einspruch des Willens zum Leben, der auch die Weisen noch ab und zu ereilt. Umso wichtiger ist es, die Ergebnisse der Reflexion als Einsichten zu befestigen und zu stärken. Für immer abgeschüttelt haben die Angst vor dem Tod nur die Heiligen, die den Willen zum Leben verneint und in sich überwunden haben. *„Ruhig und sanft ist, in der Regel, der Tod jedes guten Menschen: aber willig sterben, gern sterben, freudig sterben, ist das Vorrecht des Resignierten, Dessen, der den Willen zum Leben aufgibt und verneint. Denn nur er will wirklich und nicht bloß scheinbar sterben, folglich braucht und verlangt er keine Fortdauer seiner Person.“* (Arthur Schopenhauer)

Solch unerschütterliche Gelassenheit hat zur Bedingung, daß die Nichtigkeit des irdischen Daseins nicht allein abstrakt erkannt worden ist; es muß tatsächlich von Herzen empfunden werden, daß es besser ist, nicht zu existieren. Wengleich wir in der großen Mehrheit diesen Zustand kaum erreichen, so bleibt uns doch, die Vorzüge des Lebens und des Todes nüchtern gegeneinander abzuwägen, um unsere Angst vor dem Tod zu besänftigen. Wir müssen uns nicht gleich auf den Tod freuen; es reicht schon, einmal gründlich, ohne Vorurteile, den objektiven Wert all dessen zu ermitteln, was wir mit dem Tod aufgeben werden. *„Die hierin hervortretende gränzenlose Anhänglichkeit an das*

*Leben kann nun aber nicht aus der Erkenntniß und Ueberlegung entsprungen seyn: vor dieser erscheint sie viel mehr thöricht; da es um den objektiven Werth des Lebens sehr mißlich steht, und wenigstens zweifelhaft bleibt, ob dasselbe dem Nichtseyn vorzuziehen sei, ja, wenn Erfahrung und Ueberlegung zu Worte kommen, das Nichtseyn wohl gewinnen muß. Klopfte man an die Gräber und fragte die Todten, ob sie wieder aufstehen wollten; sie würden mit dem Kopfe schütteln.“* (Arthur Schopenhauer) Paradoxerweise ist auch die Angst vor dem Tod ein Leiden, das uns nur im Leben quält, und wovon uns der Tod erlösen wird.