

Irene Fährdrich

Das Verhältnis der menschlichen Seele
zu Krankheiten und schwierigen Lebensphasen
auf der Grundlage eines ganzheitlichen Menschenbildes

Im Leben geschehen viele Dinge, die uns unnötig, ungerecht und schrecklich erscheinen. Der Sinn solcher Geschehnisse lässt sich nicht allein auf der äusseren, sichtbaren Ebene des Daseins erklären. Erst wenn wir das verborgene Wirken einer inneren seelischen Kraft erforschen und in die Betrachtung einbeziehen, eröffnen sich weitere Perspektiven. Dann zeigt sich nämlich, dass es gerade die Unannehmlichkeiten wie Krankheit, Leid und schmerzvolle Erfahrungen sind, die den Menschen zu einer grösseren Gestaltungskraft des Lebens anregen wollen. Durch eine verborgene innere Gesetzmässigkeit möchte sich so im Menschen und durch den Menschen ein nächsthöheres Bewusstsein entfalten.

Im Folgenden soll nicht auf die Bedeutung einzelner Krankheitsbilder eingegangen werden. Vielmehr möchte ich ein für uns alle wirksames Lebensgesetz vorstellen, das sich rhythmisch vollzieht und wie ein grosser Bogen das gesamte Leben umspannt. Je besser wir dieses Lebensgesetz kennen und berücksichtigen, umso mehr lassen sich auch Erscheinungen wie Krankheiten und schwierige Lebensphasen einordnen.

Das rhythmische Wirken, das immer mit einem Prozess des Werdens und Vergehens einhergeht, lässt sich zunächst am besten in der Natur beobachten. Eine Pflanze bildet erst die Wurzeln aus, dann folgt die Stengelbildung und die Ausgestaltung der Blätter in ihrer ganz spezifischen Form. Als nächstes entfaltet sich die Blüte und in ihrem höchsten Stadium ist bereits ein erstes Welkwerden der Blätter zu beobachten. Konzentriert sich dann alles auf die Fruchtbildung, muss auch die Blüte wieder vergehen.

In diesem rhythmischen Wirken finden wir eine kontinuierliche Entwicklung zu einer nächsthöheren Erscheinungsform. Mit dem Wechsel der verschiedenen Phasen entsteht wieder etwas Neues.



Im Samenkorn ist bereits die ganze Pflanzengestalt programmiert, die Form, das Erscheinungsbild.



Unsichtbar liegt dem Geschehen ein Gedanke zugrunde, der sich rhythmisch ausgestaltet.



Die äusseren Prozesse sind ein sichtbarer Ausdruck für den inneliegenden, verborgenen Gedanken.



Auch beim Menschen kennen wir verschiedene Entwicklungsphasen mit bestimmten Schwerpunkten:

Im Baby- und Kleinkindalter steht die Entwicklung elementarster Fähigkeiten wie Sprechen, Greifen, Laufen etc. im Vordergrund. Danach nimmt das Bedürfnis nach Lernen im Schulalter eine grosse Rolle ein. Um sich für neues Wissen und für andere Bezugspersonen öffnen zu können, muss die Geborgenheit und das Einheitsgefühl mit der Mutter nun zurückgelassen werden. In der nächsten Phase des Jugendalters will der junge Mensch vertiefte Beziehungen zu Gleichaltrigen knüpfen, seine eigenen Fähigkeiten entdecken lernen und sie in einer beginnenden Berufsausbildung auch weiter entfalten. Für diese Öffnung ins Leben hinein ist ein weiterer Loslösungsprozess von den Eltern notwendig. Werden dann im jungen Erwachsenenalter Partnerschaften gegründet und die Fähigkeiten im Beruf weiter ausgestaltet, muss die jugendliche Unbeschwertheit und Unverbindlichkeit zurückweichen.

Eine grössere Verantwortung im weiteren Berufsleben oder in der Erziehung der eigenen Kinder erfordert vom Erwachsenen dann eine Überwindung eigener Abhängigkeiten und charakterlicher Mängel. Lieb gewordene Gewohnheiten müssen zugunsten einer guten Vorbildfunktion aufgegeben werden.

Will der ältere Erwachsene seine gewonnenen Erfahrungen dann an andere weitergeben oder nun in einer ruhigeren Beschaulichkeit ein bestimmtes Lebensgebiet tiefer erforschen, muss er ein Stück weit eigene Ansprüche und Wünsche an das Leben loslassen.

Naht dann das Greisenalter und steht der Übergang in eine andere Daseinsform vor der Tür, muss schliesslich alles Physische wieder zurückgelassen werden.

So sehen wir auch beim Menschen einen Prozess des kontinuierlichen Werdens und Vergehens durch die verschiedenen Lebensphasen hindurch.

Zusätzlich zu diesen äusseren rhythmischen Reifeprozessen vollzieht sich bei jedem Menschen ein ganz individueller innerer Wandel, durch den sich reinere Formen in seinen Bewusstseinskräften, namentlich des Denkens, Fühlens und des Willens, ausprägen möchten. Diese drei Kräfte sind ein Ausdruck unseres innersten Seelenlebens und gleichzeitig stehen wir durch sie immer mit der Aussenwelt und den Mitmenschen in einer Verbindung.

Das Bewusstsein ist bei jedem Menschen auf sehr subjektive Weise angelegt, je nach Erziehung, dem sozialen Umfeld, der Gegend und der Zeitepoche, in der er aufgewachsen ist. Auch eigene Anlagen und Fähigkeiten prägen das individuelle Bewusstsein. Das Gesetz des Rhythmus wirkt nun so, dass es eine Entwicklung zu einer nächsthöheren Bewusstseinsform anstrebt. Es möchte der Mensch immer wieder über sich selbst hinauswachsen und sich in seiner Beziehungsfähigkeit nach aussen ausdehnen.

Und hier gibt es einen interessanten Zusammenhang mit Krankheiten, Schicksalsschlägen, schmerzvollen Erfahrungen. Solche Ereignisse scheinen den Menschen geradewegs zu öffnen für eine Entfaltung weiterer innerer Qualitäten. Die nachfolgenden Beispiele sind nur eine kleine Auswahl meiner Beobachtungen und können Sie zu eigenen Forschungen anregen.

Durch **Kinderkrankheiten** offenbart sich anschliessend oft eine neue Fähigkeit, ein neues Interesse beim Kind. Vor Ausbruch der Krankheit war bei meinen Kindern stets ein verstärktes Ausleben eigener anlagebedingter Verhaltensmuster feststellbar. So zog sich das ruhigere Kind mehr in sich zurück, während der extrovertiert veranlagte Junge sich in seinen vitalen Aktivitäten noch steigerte. Mit Ausbruch des die Krankheit begleitenden Fiebers fand schon eine sanfte Einordnung statt. War dann alles durchgestanden, zeigte sich das Neue z. B. in einer grösseren Aufmerksamkeit zur Natur. So entdeckte der Dreijährige nach

den Masern die Ameisen auf der Terrasse und die Käfer im Garten und hatte seine helle Freude daran. Ein anderes Kind konnte nach einem heftigen Dreitagesfieber laufen, wieder ein anderes verlor danach die grosse Scheu vor anderen Menschen und wurde offener.

Zudem berichteten mir auch andere Eltern, dass sie selbst in ihrem Vertrauen wachsen konnten, indem sie wachsam und beobachtend die Krankheit begleitet hatten, ohne sogleich einzugreifen.

Wenn sehr **vitale**, hochaktive und leistungsstarke Menschen einmal durch eine Krankheit zur Ruhe gezwungen werden, konnte ich immer eine ungewohnte Sanftheit in ihren Gesichtszügen bemerken. Sehr auffallend war dies bei einer jungen Frau, die ausserordentlich unruhig und innerlich getrieben erschien, immer im Zeitdruck war und viele Dinge gleichzeitig erledigte. Nach einem erlittenen Schlaganfall zeichnete eine ungewohnte Weichheit und eine warme Ausstrahlung ihr Gesicht. Durch die Heftigkeit des Vorfalls war ihr etwas weggenommen worden, was sie vielleicht aus eigener Kraft nicht geschafft hatte. Auch bei ihrem Mann entwickelte sich eine grössere Aufmerksamkeit seiner Frau gegenüber; er hat sie jetzt besser im Auge und trifft aufgrund seiner Wahrnehmung notwendige Entscheidungen.

Ein Mann, der einem **Gewaltverbrechen** zum Opfer gefallen war, seither gesundheitlich stark beeinträchtigt ist und seinen Beruf aufgeben musste, trat in einer Fernsehsendung auf. Als positive Folgeerscheinung erwähnte er eine grössere Wahrnehmungsfähigkeit zu seinen Mitmenschen, eine gesteigerte Sensibilität, die ihm erlaubt, feinfühlig und einfühlsam auf andere zuzugehen.

Ein letztes Beispiel möchte ich noch nennen, weil es hier ganz besonders deutlich zum Ausdruck kommt, wie durch eine erlittene Krankheit eine grössere Weite im Leben entstanden ist und eine eigenaktivere Gestaltung des Lebens ergriffen werden konnte, die recht unabhängig ist von äusseren Umständen.

Ein junger **Mann** litt jahrelang unter grossen, psychischen Ängsten, die er aber für sich behielt und mit einer extremen sportlichen Tätigkeit weitgehend kompensierte. Als dann eine schmerzhaft rheumatische Krankheit ausbrach und der Sport wegfallen musste, folgte ein Zusammenbruch. Ein Jahr lang hielt er sich in der psychiatrischen Klinik auf, war einsam und verzweifelt. Um die Realität auszuhalten, begann er sich Vorstellungen zu bilden, was er mit seinem Leben noch anfangen würde, wenn er hier wieder heraus kommt. Je konkreter er seine Ziele in Gedanken ausformte, umso besser ging es ihm. Nach der Entlassung setzte er sein Vorhaben in die Tat um und eröffnete in Brasilien Schulen für HIV-positive Kinder, engagierte Lehrer und Betreuer. Daneben übt er seinen Beruf als Lehrer noch aus, um das nötige Geld für sein Projekt zu verdienen.

An den wenigen Beispielen wird es deutlich, wie dieses Lebensgesetz des Rhythmus wirkt und sich Krankheiten oder misslichen Lebensumständen bedient, um edlere, moralisch wertvollere, nächsthöhere innere Qualitäten im Menschen auszuformen. Durch äussere Geschehnisse müssen wir etwas hingeben an Gesundheit, Vitalität, Gewohnheiten und erhalten dafür einen seelischen Aufstieg. Es kann auch sein, dass die Krankheit nicht mehr überwunden werden kann und der physische Tod eintreten wird. Aber auch hier dürfen wir nicht zu sehr von den irdischen, materiellen Gegebenheiten ausgehen, sondern können uns getrost in der Sicherheit wiegen, dass das seelische Dasein auch nach dem physischen Tod erhalten bleibt und alles in dieser Hinsicht Errungene einen bleibenden Wert darstellt.

Im Gedicht von Herman Hesse drückt sich die Gesetzmässigkeit des rhythmischen Werdens und Vergehens auf sehr schöne Weise aus:

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe
blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.*

*Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
in andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.*

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
an keinem wie an einer Heimat hängen,
der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen;
nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.*

*Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
uns neuen Räumen jung entgegen senden,
des Lebens Ruf an uns wird niemals enden,
wohlan denn Herz, nimm Abschied und gesunde!*

Wenden wir den Blick noch einmal zur Natur, so sehen wir, wie sich in der Pflanze der in ihr verborgen angelegte Gedanke rhythmisch und harmonisch bis zur grösstmöglichen Vollkommenheit ausgestaltet. Dieser Vorgang wiederholt sich in jedem Jahreslauf.

Auch im Menschen lebt ein innerstes Motiv, etwas, das sich durch die jeweiligen Lebensumstände aus ihm heraus entfalten und durch ihn zum Ausdruck kommen möchte. Im Gegensatz zur Pflanze finden wir beim Menschen einen eigenen Willen, der diesen Werdeprozessen oft hinderlich im Wege steht. So können wir beim Menschen auf einfache Weise zwei Ebenen unterscheiden:

einen **äusseren** Menschen, der seine Ziele, Wünsche, Ansprüche und Bindungen besitzt und

einen **inneren** Menschen, der aus dem Gegebenen, aus den subjektiven Anlagen immer wieder ein Nächsthöheres anstrebt und über die jeweilige Lebenssituation eine grössere moralische Vollkommenheit, die Entwicklung von wahren Werten und idealen Beziehungsformen ersehnt.

Die folgende Aussage von Dr. Edward Bach (1886-1936), dem Begründer der weltweit bekannten Bach-Blütentherapie, erkennt im Menschen die Existenz der unendlichen Seele, die einen hohen, göttlichen Willen in sich trägt, der sich durch die irdische Persönlichkeit ausdrücken möchte:

„Jeder soll wissen, dass seine Seele eine bestimmte Aufgabe für ihn vorgesehen hat, und solange er diese Aufgabe nicht erfüllt - auch wenn ihm dies gar nicht bewusst ist - wird er unausweichlich einen Konflikt zwischen seiner Seele und Persönlichkeit verursachen, der sich dann notwendigerweise in Gestalt körperlicher Störungen niederschlägt.“ (Heile dich selbst, S. 32)

Die Krankheit selbst erachtet Dr. Bach als wohltätig, weil es ihr Zweck ist, die Persönlichkeit (den äusseren Menschen) zum göttlichen Willen der Seele (innerer Mensch) zurückzuführen.

Sein eigenes Leben ist ein anschauliches Beispiel für diese Zusammenhänge. Er hatte sich die Aufgabe gestellt, die Schulmedizin dahingehend zu reformieren, dass der Ansatz für eine Behandlung nicht in der körperlichen Symptomatik, sondern in der Persönlichkeit des Menschen sein muss. Ebenso wollte er eine Heilmethode finden, die den Einzelnen wieder in den Kontakt mit den innersten Absichten seiner Seele bringt.

Studiert man seine Biographie, zeigt sich sehr deutlich, wie die eigenen erlittenen Krankheiten immer wieder dazu beigetragen haben, dass sich dieser Wunsch allmählich ausgestalten konnte. Durch viele Wirrnisse und Ablenkungen hindurch hat er sein Lebensideal aufrecht erhalten, das sich dann durch das abgeschlossene Heilsystem der Bach-Blütentherapie vollendete.

In der Geschichte finden wir immer wieder Persönlichkeiten, die ihr Leben einem Ideal unterstellt haben, die Regel ist es aber nicht.

Jedem Menschen ist jedoch die Möglichkeit gegeben, sich selbst immer wieder Ziele zu setzen, die ihn über das momentan Gegebene hinaus führen und ihn die eigenen Grenzen überschreiten lassen. So können wir uns beispielsweise bewusst eine bestimmte Tugend wählen, diese in ihrer Begrifflichkeit erforschen, sie an anderen Menschen beobachten und sie nach und nach in uns selbst hervorbringen. Damit werden wir dem ständigen Wunsch der inneren Seele nach Ausdehnung und höheren Lebensformen gerecht. Oder wir können unsere Partnerschaft gedanklich nach einem höheren Ideal ausgestalten, unserem Beruf oder einem persönlichen Interessensgebiet einen Inhalt geben, der einem tieferen Wahrheitsgedanken entspricht.

Dadurch beginnt sich die „alte“ Persönlichkeit langsam zu wandeln und wird immer mehr von der Seele selbst durchstrahlt. Diese Verwandlung des Menschen wird von Heinz Grill im Neuen Yogawillen sehr schön dargestellt im „Kosmischen Gebet“:

„Der Beginn“



Ein Beginn bedingt, dass etwas anderes zu Ende geht. Im Sinne einer beginnenden höheren Menschwerdung bedeutet es das Entgegennehmen von geistig inspiriertem Gedankengut, von Gedanken, die einem umfassenden Wahrheitsdenken entspringen und die nicht aus uns selbst kommen können.

„liegt in der
Bereitschaft“



Es wird eine Bereitschaft benötigt, eigenes Wissen und eigene Erfahrungswerte zurückzustellen, um neuen Gedanken einen Raum zu geben.

„zur Blume zu wachsen“



Nicht in eine willenlose Passivität einer Blume soll der Mensch fallen, sondern die Reinheit einer Blume soll er erlangen. Dies geschieht, indem er sein Denken, sein Fühlen und seine Handlungen nach den von ihm eigenständig durchdrungenen neuen Gedanken ausrichtet. Sein eigenes Willensverhalten weicht dadurch immer mehr zurück.



„weit dem Lichte offen“

Mit seinem neuen, veredelten Bewusstsein begibt sich der Mensch in die Ausdehnung zur Welt. Er gestaltet seine Beziehungsverhältnisse und seine Lebensumstände damit neu aus.

„zur Mitte sich wendend“



Aus dieser aktiven, eigenständigen Durchdringung des Lebens formt sich eine neue Mitte im Herzen, die einem freien, von äusseren Bedingungen unabhängigen Selbstgefühl entspricht.

„mit Anerkennung“



Das Werden zu einem höheren Selbst gelingt nicht aus den eigenen Anlagen heraus. Um die schöpferische Gestaltungskraft hervor zu bringen, benötigen wir die Weisheit geistiger Gedanken.

„und Hingabe“



Der Begriff der Hingabe beinhaltet das Opfer, das der Mensch bringt, indem er die alte Persönlichkeit mit allen vertrauten Sicherheiten und Gewohnheiten zurücklässt zugunsten einer feineren, seelisch wärmeren und klarer durchgestalteten Bewusstseinskraft.

Literaturempfehlungen **zur vertieften eigenen Auseinandersetzung**

Nora Weeks: „Edward Bach, sein Leben - seine Erkenntnisse“

Eine bewegende Biographie, geschrieben von seiner engsten Mitarbeiterin. Allein das Lesen dieser Lebensgeschichte wirkt schon erhebend und inspirierend auf den Leser zurück.

Irisiana Verlag, ISBN 3-88034-712-3

Heinz Grill: „Kosmos und Mensch“ Ein Weg der Selbsterkenntnis und Selbstheilung durch das Studium des Yoga, der Anatomie und Physiologie des Körpers.

Ein Werk voller inspirierender Gedanken zur Heilkunst, das die Realität des Menschen als seelisch-geistiges Wesen an den Anfang setzt und körperliche Krankheiten aus diesem Zusammenhang heraus darstellt.

Synthesia-Verlag ISBN 3-935925-63-8

Heinz Grill: „Die Seelendimension des Yoga“

Auch für Menschen, die nicht an einer körperlichen Übungsweise des Yoga interessiert sind, sehr empfehlenswert, weil es die Seelendimension des Menschen beschreibt und die einzelnen Qualitäten, die in der Seele ruhen und auf Entwicklung warten.

Synthesia-Verlag ISBN 978-3-941995-97-0

Peter Selg: „Krankheit, Heilung und Schicksal des Menschen“

Dieses Buch beruht auf den geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen von Rudolf Steiner. Die Betrachtungsweise der Krankheitserscheinungen bezieht auch das nachtodliche Leben mit ein.

Verlag am Goetheanum, ISBN 3-7235-1215-1